ĐẶNG HOÀNG XA

2014 | PDF | 245 Pages

buihuuhanh@gmail.com

PHẬT GIÁO VÀ TÂM THỨC

PHẬT GIÁO
VÀ TÂM THỨC

Nhà xuất bản Lao động
175 Giảng Võ - Đống Đa - Hà Nội
Tel: (04) 3851 5380
Fax: (043) 851 5381
Website: www.nxblaodong.com.vn

Công ty Cổ phần Sách Thái Hà
119 C5 Tô Hiệu - Cầu Giấy - Hà Nội
Tel: (04) 3793 0480
Fax: (04) 6287 3238
Website: www.thaihabooks.com

Chịu trách nhiệm xuất bản: **Võ Thị Kim Thanh**

Biên tập viên Nhà xuất bản: Hà Anh Thu
Biên tập Thaihabooks: Trần Vũ Nhân
Trình bày: Thu Hiền
Sửa bản in: Phương Dung
Thiết kế bìa: Cẩm Châu

Copyright © 2014, Đặng Hoàng Xá

Cuốn sách được xuất bản theo hợp đồng bản quyền giữa Tác giả Đặng Hoàng Xá và Công ty Cổ phần Sách Thái Hà.

Không phần nào trong cuốn sách này được sao chép hoặc chuyển sang bất cứ dạng thức hoặc phương tiện nào, dù là điện tử, in ấn, ghi âm hay bất cứ hệ thống phục hồi và lưu trữ thông tin nào nếu không có sự cho phép bằng văn bản của Công ty Cổ phần Sách Thái Hà.

Biên mục trên xuất bản phẩm của Thư viện Quốc gia Việt Nam

Đặng Hoàng Xa

Phật Giáo và tâm thức / Đặng Hoàng Xa. - H. : Lao động ; Công ty Sách Thái Hà, 2014. - 244tr. : ảnh ; 21cm

ISBN 9786045914298

1. Đạo Phật 2. Tâm thức

294.3 - dc23

LDB0038p-CIP

In 1.000 cuốn, khổ 14,5x20,5 cm. In tại Công ty Cổ phần In Bắc Sơn. Số đăng kí KHXB: 428-2014/CXB/06-24/LĐ. In xong nộp lưu chiểu quý I năm 2014.

ĐẶNG HOÀNG XA

PHẬT GIÁO VÀ TÂM THỨC

NHÀ XUẤT BẢN LAO ĐỘNG

THAIHABOOKS
Phụng sự để dẫn đầu

MỤC LỤC

Lời nói đầu *9*

Chương 1: Đức Phật và Phật Giáo 13

Chương 2: Lược sử các thời kỳ Phật Giáo 41

Chương 3: Phật Pháp 61

Chương 4: Thế giới quan Phật Giáo 137

Chương 5: Luận đề Tâm thức-Cơ thể 155

Chương 6: Bàn về Duy thức học 191

Thay cho lời kết *243*

Phật Giáo bắt đầu từ một con người.
Trong những năm cuối đời, khi Ấn Độ
đang nóng bỏng với thông điệp của Ngài,
dân chúng tìm gặp Ngài và hỏi "Ngài là ai?"
"Ngài có phải là Thượng đế không?"
"Không."
"Có phải là Thánh nhân không?"
"Không."
"Có phải là Thiên thần không?"
"Không."
"Vậy Ngài là ai?"
Đức Phật trả lời: "Ta là tỉnh thức".

LỜI NÓI ĐẦU

"*Ta là tỉnh thức*" - câu nói này của Đức Phật, cho dù câu chuyện trên có thực hay không, chính là cốt lõi của Đạo Phật. "Tỉnh thức", như Đức Phật giảng, tức là nhìn và hiểu sự vật không phải trên bề mặt của nó, mà đúng như nó có. Sống trong tỉnh thức sẽ giúp chúng ta thoát khỏi cái nhìn giả tạo về bản ngã và thực tại, từ đó hướng đến một hạnh phúc tự tại an lành.

Phật là ai, Giáo lý Phật Giáo có những tinh túy gì, mà đã lôi cuốn con tim và linh hồn của hàng trăm triệu tín đồ trên toàn thế giới. Suốt bao nhiêu thế kỷ nay, đây là những đề tài thu hút rất nhiều sự quan tâm của hàng triệu triệu độc giả, của những ai đang theo và đang muốn tìm hiểu về Phật Pháp, đang tìm tòi con đường để khai sáng tâm linh; thu hút cả đam mê của rất nhiều học giả Đông và Tây đang cố gắng khảo cứu Phật Pháp dưới ánh sáng của khoa triết học và tâm lý học hiện đại.

Chúng ta không thể nào đọc những lời kể về cuộc đời Đức Phật mà lại không có ấn tượng rằng chúng ta hiện đang được tiếp cận một nhân cách vĩ đại nhất của nhân loại. Điều

nổi bật nhất của Đức Phật là sự kết hợp của một cái đầu "lạnh" với một trái tim ấm áp. Hiển nhiên rằng Ngài là một nhà lý luận đặc sắc. Mọi vấn đề đến với Ngài đều được đặt dưới một nhãn quan phân tích điềm tĩnh và công bằng. Tuy thế cái tài năng "lạnh" và từng bị phê phán này lại được cân bằng bởi một trái tim dịu dàng và bao dung, tới mức mà nhân loại đã gắn cho Đạo Phật của Ngài cái phụ đề "tôn giáo với lòng từ bi vô lượng".

Giới thiệu những tinh túy của Phật Học bằng một ngôn ngữ trong sáng và mạch lạc, đụng chạm những khái niệm siêu hình và tâm lý vi tế của Phật Học bằng cách trình bày giản dị và dễ hiểu, chính là động cơ của tác giả và có lẽ là một trong những lý do để cuốn sách khiêm tốn này ra mắt bạn đọc.

Theo bố cục cuốn sách được chia làm 6 chương: từ chương I đến chương IV giới thiệu chung về Đức Phật và Phật Giáo, lược sử các thời kỳ Phật Giáo, và những triết lý cốt lõi của Phật Giáo như Tứ Thánh Đế, Thập Nhị Nhân Duyên, nghiệp, tái sinh… Chương V giới thiệu "Luận đề Tâm thức-Cơ thể" (mind-body problem). Đây là một trong những đề tài rất nóng từ rất lâu nay trong các tranh luận triết học liên quan đến vấn đề quan hệ giữa tâm thức đối với bộ não và hệ thống thần kinh của con người. Những câu hỏi như tâm thức là gì, tâm thức cư ngụ ở đâu trong cơ thể con người, nhận thức của con người được hình thành như thế nào, vui buồn yêu ghét do đâu mà có… sẽ luôn luôn là thách

thức rất lớn cho cả triết học, khoa học và các tôn giáo, hiện tại và cả trong tương lai. Chương VI "Bàn về Duy thức học" là chủ đề chính của cuốn sách. Có thể nói tất cả những hiểu biết từ chương I đến chương V là để chuẩn bị cho chương cuối cùng này. Đây là một đề tài rất thâm sâu trong triết lý Phật Giáo. Trong khuôn khổ giới hạn của cuốn sách, chúng tôi không có ý định trình bày toàn bộ nội dung của Duy thức học mà chỉ gói gọn trong cách nhìn của Duy thức học về sự hình thành nhận thức trong thế giới tâm linh của con người. Theo Duy thức học, tất cả sự vật hữu hình và vô hình trên thế gian, kể cả những vui buồn khổ đau của con người, đều không thật có, chỉ do tâm thức biến hiện mà thành. Phật Giáo khuyên chúng ta hãy hướng mình vào bên trong, gạn lọc những bụi dơ còn bám dính trong tâm thức. Chỉ khi đó, Đức Phật khẳng định, bóng tối của vô minh sẽ chấm dứt và ánh sáng của an lạc sẽ trở về.

Chắc chắn rằng cuốn sách của tôi không thể hoàn hảo và không thể tránh khỏi những khiếm khuyết. Đối với tôi, một nhà nghiên cứu khoa học vi tính, viết về đề tài uyên thâm này của Phật Giáo, quả thật là một sự liều lĩnh. Tôi mong các vị học giả và các nhà nghiên cứu Phật Giáo rộng tâm lượng thứ và, nếu có thể xin góp ý bổ xung, mở rộng cho cuốn sách, chia sẻ suy nghĩ để mọi người có cơ hội học hỏi thêm những hiểu biết của các bạn.

Đặng Hoàng Xa

2013

Chương 1

ĐỨC PHẬT VÀ PHẬT GIÁO

BỐI CẢNH LỊCH SỬ VÀ VĂN HÓA

Đời sống, tôn giáo và nền triết học đa dạng của Ấn Độ cho thấy một bức tranh hỗn hợp, phong phú và đầy màu sắc. Ấn Độ là một tiểu lục địa mênh mông với diện tích khoảng năm triệu cây số vuông, có tới hơn hai mươi ngôn ngữ được chính phủ Ấn Độ công nhận là ngôn ngữ chính (Main Languages) cùng hàng trăm thổ ngữ. Ngôn ngữ chính thức (Official Language) dùng cho văn phòng công sở hiện nay là tiếng Anh và ngôn ngữ quốc gia (National Language) là Hindi. Ấn Độ cũng là mảnh đất muôn hình vạn trạng của đủ loại hình tôn giáo với hàng trăm triết lý trái nghịch, mảnh đất của biết bao nhiêu thánh nhân, ẩn sĩ, hiền giả… Đây là nơi giao thoa của Đông và Tây do kết quả tự nhiên của sự gặp gỡ giữa các nền văn hóa qua những giao lưu buôn bán, những cuộc chiến tranh kéo dài suốt lịch sử. Theo kết quả khảo cổ, nền Văn minh Thung lũng Indus[1] (Văn minh Thung lũng sông Hằng) có trước cả Babylon, Ai Cập và Hi Lạp. Khoảng 2.000 năm TCN, người Aryan thuộc chủng Á - Âu

---

[1] Văn minh Thung lũng Indus: nền văn minh thời kỳ đồ đồng (3.300-1.300 TCN) tại miền đông-bắc của tiểu lục địa Ấn Độ, bao gồm những vùng đất như Pakistan, một số vùng của Ấn Độ, Afghanistan và Iran ngày nay.

(Eurasian) là những bộ lạc du mục rất thiện chiến từ Iran kéo xuống xâm lăng Ấn Độ. Đây là cuộc chiến khốc liệt. Người Aryan tiêu diệt và bắt người thổ dân bản địa Dravidian làm nô lệ. Không chỉ cướp đoạt tài sản, người Aryan còn chiếm phần lớn đất canh tác của dân bản địa và dồn họ xuống phía nam. Là dân du mục có nền văn minh khá cao, người Aryan mang tới Ấn Độ chữ Phạn (Sanskrit), cơ cấu xã hội phân chia đẳng cấp và Đạo Bà-la-môn - một đa thần giáo với kinh Vệ-đà (Veda). Khi người Aryan đặt chân lên đất Ấn Độ, phần kinh Vệ-đà mà họ mang theo chỉ là những câu thơ truyền thống thi ca ở Ba Tư. Tới khoảng năm 1.200 TCN, một số nhóm tư tế[1] Aryan mới phối hợp với các nghi thức và kinh lễ bản địa để sử dụng trong các cuộc tế lễ. Cho tới năm 800 TCN, những tụng kinh ấy mới được gom thành bốn cuốn kinh mà ngày nay được biết tới là kinh Vệ-đà, viết bằng Phạn ngữ, và trở thành kinh thánh của Ấn giáo sau này.

Những cuộc xâm lăng về sau này không thấy để lại những dấu ấn gì…

---

[1] Tư tế: người được giao phụ trách trông coi về tế tự, lễ nghi, cúng tế, thờ phụng của một tôn giáo hoặc giáo phái.

ĐẠO QUẢ PHẬT

Phật Giáo bắt đầu ở Ấn Độ vào thế kỷ 6 TCN. Về triết lý, Phật Giáo căn bản bác bỏ thẩm quyền của kinh Vệ-đà, bác bỏ hệ thống đẳng cấp của xã hội Ấn Độ thời đó và đưa ra quan điểm giải thoát dựa trên những nỗ lực cá nhân. Có thể nói Phật Giáo là kết quả của cuộc truy cầu chân lý tối thượng của con người, một khát vọng muốn tìm đến mục đích cao quí nhất trong cuộc đời. Nó dựa trên trí huệ của Đức Phật, dựa trên sự giác ngộ của Ngài, một sự giác ngộ đạt được thông qua việc tận diệt hoàn toàn sự vô minh[1], tận diệt mọi ô nhiễm trong tâm thức. Vậy Đức Phật là người như thế nào?

Đức Phật, người sáng lập ra Phật Giáo, có tôn danh là Tất-đạt-đa Cồ-đàm (Siddhattha Gotama). Người ta thường cho rằng Ngài sống vào thời gian 560-480 TCN. Đức Phật Cồ-đàm là hoàng tử con trai của vua Tịnh-phạn (Suddhodana) cai trị vương quốc của bộ tộc Thích-ca (Sākya) thuộc xứ Nepal ngày nay. Mẹ Ngài là hoàng hậu Ma-gia (Màyà). Tất-đạt-đa lớn lên trong cung điện với cuộc đời vương giả của một thái tử sẽ được truyền ngôi. Năm 16 tuổi Ngài cưới công chúa Da-giu-đà-la (Yasodharà) bên nước láng giềng và có một con trai là La-hầu-la (Rahula). Nói ngắn gọn thì Ngài dường như đang có tất cả những may mắn nhất mà người đời ao ước: vị trí xã hội, hình thức, tài sản giàu có, gia đình vợ con êm ấm, ngai vàng quyền lực mà Ngài sẽ

---

[1] Vô minh: si mê, u tối, không nhìn thấy bản chất thực của sự vật.

kế vị. Nhưng mặc dù đã sở hữu tất cả những may mắn như thế, cuộc đời của Ngài ngay từ thuở thiếu thời đã dần dần rẽ sang một ngả khác, sang một sứ mệnh khác, lớn lao và vĩ đại. Trong những dịp du ngoạn ra khỏi cung điện, chứng kiến thực tại cuộc sống và khổ đau của loài người, Ngài trăn trở muốn đi tìm con đường có thể giải thoát con người khỏi những đau khổ và phiền não. Một ngày vào năm 29 tuổi, Ngài từ bỏ cung điện, lên đường tìm đạo giải thoát.

Trong 6 năm đầu Ngài lang thang khắp thung lũng sông Hằng (Ganges), theo đuổi nhiều pháp môn khổ hạnh khác nhau của các đạo sư Ấn Độ trước đó. Nhưng những lý thuyết và thực hành ấy đã không làm Ngài thỏa mãn. Ngài quyết định từ bỏ các giáo lý và phương pháp truyền thống để tìm kiếm con đường của riêng mình. Một ngày, Ngài tìm đến bên bờ sông Ni-liên (Neranjarà) ở Bồ-đề đạo tràng (Buddha-Gaya, gần Gaya trong xứ Bihar ngày nay), ngồi xếp bằng tĩnh tọa dưới một cội cây (từ đấy cây này được gọi là cây Bồ-đề có nghĩa là "trí tuệ"), tổng kết những kinh nghiệm trong quá khứ, điều chỉnh lại phương pháp tư duy… Vào một đêm trăng tròn tháng năm, trong khi cây Bồ-đề rải hoa đỏ xuống như rắc mưa, Tất-đạt-đa thiền định trong hơi thở sâu lắng cho đến khi ngôi sao mai xuất hiện lấp lánh trên bầu trời phương đông trong vắt. Có những lúc tâm thức Ngài như sụp xuống trong trống không, để rồi bừng tỉnh lại, sáng ngời. Cuối cùng tâm trí Ngài dường như xuyên thủng qua bong bóng ảo vọng của thế gian. Giây phút tỉnh thức đã tới.

Ngài đã đạt tới hạnh giác ngộ, tận diệt mọi ô nhiễm, nhận rõ thực chất giả tạm của vạn vật trong vũ trụ. Tất-đạt-đa đã ra đi và Phật (Buddha) đã trở thành. Năm ấy Ngài 35 tuổi.

Kể từ ngày ấy, Ngài trở thành Đức Phật Cồ-đàm (Buddha Gotama).

Sau đó Ngài giáo hóa suốt 45 năm cho tất cả mọi tầng lớp chúng sinh, không phân biệt nam nữ, tôn giáo, không phân biệt sang hèn, giàu nghèo... Ngài không chấp nhận những dị biệt về giai cấp hay tập đoàn xã hội. Đạo Ngài mở rộng cho tất cả mọi người, cho bất cứ ai sẵn sàng hiểu và tin theo.

Về sau, Ngài được xưng tán là Thế Tôn, đầy đủ mười danh hiệu: Như Lai, Ứng Cúng, Chánh Biến Tri, Minh Hạnh Túc, Thiện Thệ, Thế Gian Giải, Vô Thượng Sĩ Điều Ngự Trượng Phu, Thiên Nhân Sư, Phật, Thế Tôn - những danh hiệu của một con người đã tự mình tìm hiểu và nhìn thấy thấu đáo, mặt đối mặt, chân diện mục của cuộc sống.

Đạo Phật đã ra đời như thế, bắt đầu với Buddha - Người Tỉnh Thức.

Năm 80 tuổi, Đức Phật nhập diệt ở Câu-thi-na (Kusinàrà), ngày nay là Ulta Pradesh. Trong giây phút cuối cùng của đời sống, Đức Phật dạy các môn đệ rằng:

> "Hỡi các môn đệ, thời khắc cuối cùng của ta đã đến, nhưng các con không được quên rằng cái chết chỉ là chấm dứt của thể xác hữu hình...

> Đức Phật thật sự không phải là thể xác con người. Đức Phật chính là sự Giác ngộ. Thể xác con người phải chết, nhưng Trí tuệ Giác ngộ sẽ tồn tại mãi trong chân lý của Giáo Pháp (Dharma) và trong thực hành Giáo Pháp. Người nào chỉ nhìn thấy thể xác của ta thực sự chưa nhìn thấy ta. Chỉ có người nào chấp nhận những lời ta dạy mới thực sự nhìn thấy ta."
>
> "Sau khi ta chết, Giáo Pháp sẽ là thầy của các con. Hãy nghe theo Giáo Pháp, là các con đã trung thành với ta."

Hiện nay, Đạo Phật có mặt ở Sri Lanka, Miến Điện, Thái Lan, Cao Miên, Lào, Việt Nam, Tây Tạng, Trung Hoa, Nhật Bản, Mông Cổ, Triều Tiên, Đài Loan và một vài nơi ở Ấn Độ, Hồi quốc, Nepal… và ngày càng phát triển rộng rãi trên toàn thế giới ngay cả trong các nước có nền khoa học tiên tiến như Hoa Kỳ và Tây Âu. Ngày nay, chưa ai có một con số tín đồ Phật Giáo chính xác, người ta ước lượng có khoảng từ 1,2 đến 1,6 tỉ người đã quy y Tam Bảo[1].

NHỮNG BÀI PHÁP ĐẦU TIÊN

Bài pháp đầu tiên của Đức Phật gọi là "*Dhammacakka*". Phạn ngữ này thường được phiên dịch là "vương quốc của chân lý", "bánh xe chân lý" (Dhamma có nghĩa là chân lý, cakka là bánh xe). Tiếng Việt dịch là "*Kinh chuyển Pháp Luân*". Giống như bánh xe luôn luôn quay vòng, bánh xe

[1] Tam Bảo: Phật, Pháp, Tăng.

Pháp Luân tượng trưng cho lời dạy của Đức Phật, luôn được truyền bá rộng khắp, bất tận.

Đức Phật giảng bài pháp đầu tiên này cho năm vị đại đệ tử đầu tiên đồng thời cũng là những người bạn cũ của Ngài trong vườn Lộc uyển (Isipatana) gần Bà-la-nại (Benares). Năm vị này là Kiều Trần Như (Kodanna), Bạt Đề (Bhadhya), Đề Bà (Vappa), Ma Ha Nam (Mahanama) và Ác Bệ (Asaji). Trong bài pháp cực kỳ quan trọng này, Đức Phật truyền bá con đường Trung đạo mà Ngài đã khám phá và cũng là tinh hoa trong giáo lý của Ngài. Đức Phật mở đầu bằng lời khuyên các tu sĩ rằng "có hai cực đoan mà người xuất gia không nên nương nhờ": một là lối sống lợi dưỡng, luyến ái nhục dục ngũ trần, vì nó giả tạm, nhất thời, tầm thường, ngăn cản mọi tiến bộ tâm linh; và cực đoan thứ hai là lối tu khổ hạnh ép xác, ngược lại làm mỏi mệt tinh thần, dẫn đến trí tuệ mờ tối. Ngài khuyên họ nên theo con đường "*Trung Đạo*" là con đường dẫn đến giác ngộ tinh thần và trí tuệ minh mẫn, giúp thấu rõ được bản chất của vạn pháp.

Trung Đạo là con đường như thế nào? Đức Phật giảng, đó là "*Bát Chánh Đạo*":

- Chánh Kiến: hiểu biết chân chính.
- Chánh Tư Duy: suy tư chân chính.
- Chánh Ngữ: nói năng chân chính.
- Chánh Nghiệp: hành động chân chính.
- Chánh Mạng: sinh sống chân chính.
- Chánh Tinh Tấn: nỗ lực chân chính.

- Chánh Niệm: tập trung tư tưởng chân chính.
- Chánh Định: giữ cho tâm an định.

Tiếp theo Đức Phật giảng tiếp về "*Tứ Thánh Đế*" - đó là bốn chân lý cao cả và là nền tảng của giáo lý Ngài, mật thiết liên quan đến cái gọi là chúng sinh. Chữ "Đế" là dịch âm của Phạn Ngữ có nghĩa là "chân lý", bởi vậy "Thánh Đế" là chỉ chân lý chính xác tuyệt đối được tìm ra do Đức Phật là bậc Thánh nhân vĩ đại nhất, hoàn toàn trong sạch và đã thanh lọc mọi ô nhiễm.

Bài kinh quan trọng này đề cập đến bốn chân lý thâm diệu mà chính Đức Phật đã khám phá ra do chính tri kiến trực giác của Ngài. Dầu chư Phật có xuất hiện hay không, các chân lý ấy vẫn tồn tại, và một vị Phật chỉ là nhân vật đã trực nhận và truyền dạy lại cho thế gian còn đang bị màn vô minh che lấp. Những chân lý ấy tuyệt đối, vĩnh cửu, bất di bất dịch, không thể biến đổi và đã được Đức Phật tự mình chứng ngộ[1].

Bốn chân lý (Thánh Đế) này là:

- Khổ đế - sự khổ.
- Tập đế - nguồn gốc của sự khổ.
- Diệt đế - sự diệt khổ.
- Đạo đế - con đường dẫn đến diệt khổ: Bát Chánh Đạo.

---

[1] Chứng ngộ: thấu đáo được chân lý.

Nghe xong bài pháp đầu tiên này, Tôn giả Kiều Trần Như (Kodanna) chứng quả Tu-đà-hườn là tầng thứ nhất trong bốn tầng thánh. Đức Thế Tôn cũng đã thu nhận năm tôn giả làm các đệ tử xuất gia đầu tiên được gọi là "năm Tỳ kheo" (nghĩa của Tỳ kheo là nam giới xuất gia). Năm người này là những Tỳ kheo đầu tiên của Đạo Phật. Bắt đầu từ đây, Phật Giáo đã có đầy đủ ba yếu tố để trở thành một đoàn thể tôn giáo: lãnh tụ, lý luận và tín đồ. Đức Phật là lãnh tụ, Phật Pháp là lý luận, năm vị Tỳ kheo đầu tiên là tín đồ. Phật Giáo gọi ba yếu tố này là Tam Bảo "Phật, Pháp, Tăng".

Sau đó Đức Thế Tôn giảng tiếp bài pháp thứ hai có đầu đề là "*Kinh Vô Ngã Tướng*" (*Anttalakkhana Sutta)* bàn về "*thuyết vô ngã"* (không có cái ta) cho năm vị tôn giả. Trong Kinh Vô Ngã Tướng, Đức Phật giảng giải rằng, trong cả Ngũ Uẩn (sắc, thọ, tưởng, hành, thức)[1], không có một linh hồn hay bản ngã trong uẩn nào. Trong bài giảng, Đức Phật nói rằng vì bị ái dục[2], ta suy tưởng sai lầm rằng "đây là của ta", vì tự mãn, ta suy tưởng sai lầm rằng "đây là ta", vì cách nhìn lầm lạc, ta suy tưởng sai lầm rằng "đây là tự ngã của ta". Đức Phật nói cả ba quan niệm "đây là của ta", "đây là ta", "đây là tự ngã của ta" đều là sai lầm.

---

[1] Ngũ Uẩn: trong triết học Phật Giáo, Ngũ Uẩn (sắc, thọ, tưởng, hành, thức) là năm thành phần vật chất và tâm linh cấu thành nên mỗi chúng sinh.

[2] Ái dục: sự ham muốn những thú vui dục vọng cá nhân.

Đức Phật giảng: "*… tất cả các sắc (và thọ, tưởng, hành, thức), dầu ở trong quá khứ, hiện tại, hay tương lai, bên trong hay ngoài ngoại cảnh, thô kệch hay vi tế, xa hay gần, phải được nhận thức với tri kiến chân chính theo bản chất của nó - cái này không phải của ta, đây không phải ta, cái này không phải là tự ngã của ta*".

Đức Phật nhấn mạnh rằng Ngũ Uẩn là vô thường, nếu ai thoát khỏi ham muốn dục vọng thì sẽ ra khỏi tái sinh, được giải thoát. Khi Đức Phật thuyết xong bài pháp, tâm của năm vị tôn giả đều trở nên hoàn toàn trong sạch, không còn chút ô nhiễm, lần lượt chứng quả A-la-hán là tầng thánh cao nhất trong bốn tầng thánh.

Chú thích về ý nghĩa của bốn tầng thánh:

1. *Tu-đà-hườn, Dự lưu (Sotāpanna)*: còn gọi là Thất lai. Tầng thứ nhất trong bốn tầng thánh. Ở tầng này, hành giả không tái sinh quá 7 lần, đã chấm dứt hoàn toàn sự bám chấp[1] vào Ngũ Uẩn, không còn những hoài nghi về Phật Pháp và xóa bỏ mọi bám chấp vào các tín điều mù quáng.

2. *Tu-đa-hàm, Nhất lai (Sakadāgāmi)*: tầng thứ nhì trong bốn tầng thánh. Ngoài các bám chấp đã chấm dứt ở tầng thánh trước, quả vị này còn làm giảm nhẹ ái dục và sân hận[2]. Do chỉ còn có thể tái sinh cõi Dục giới một lần nữa thôi, nên quả vị này còn được gọi là Nhất lai.

---

[1] Bám chấp: bám víu, níu kéo vào bất kỳ điều gì.

[2] Sân hận: sự giận dữ.

3. *A-na-hàm, Bất lai (Anāgāmi)*: tầng thánh thứ ba. Không còn tái sinh vào cảnh Dục giới, hoàn toàn loại trừ ái dục và sân hận, không còn các phiền não vi tế như luyến ái cảnh Sắc giới, luyến ái cảnh Vô sắc giới, tự mãn, buông thả dục vọng và vô minh.

4. *A-la-hán, Ứng cúng (Arahat)*: tầng thánh thứ tư, cao nhất trong bốn tầng thánh. Là người hoàn toàn giác ngộ, tận diệt phiền não, không còn tâm bệnh, không còn tái sinh sau khi chết.

TAM BẢO VÀ TAM TẠNG KINH

Tam Bảo

Thuật ngữ Pali, "*Tiratana*", có nghĩa là "ba viên ngọc" hay "ba báu vật", tức *Tam Bảo*, nhằm để chỉ ba đối tượng được sùng kính nhất trong Phật Giáo: *Phật*, *Pháp* và *Tăng*.

"*Phật*" có nghĩa là Đức Phật, là Đấng giác ngộ. "*Phật*" là tiếng dịch âm từ Phạn ngữ "*Phật Đà*", có nghĩa "giác giả" hay "người giác ngộ". Ngài là hiện thân của đức hạnh và lòng từ bi, là người sáng lập nên Phật Giáo. Được phú cho ba phẩm tính là trí huệ vô lượng, trong sáng viên mãn và lòng từ bi bao la, Ngài đã để lại cho nhân loại những lời dạy quí báu vô tiền khoáng hậu trong lịch sử. Đó chính là "*Pháp*", là những chân lý mà Đức Phật đã khám phá và tự chứng ngộ trong quá trình tìm kiếm con đường giải thoát cho chúng

sinh khỏi những tăm tối của cuộc sống. Trong Phật Giáo, khái niệm "*Pháp*" có thể dùng trong hai ngữ cảnh: một là Phật Pháp, các lý luận giáo lý mà Đức Phật đã giảng dạy; và hai là hàm ý những cá thể hay sự vật trong vũ trụ, mỗi cái có những thuộc tính riêng biệt.

"*Tăng*" chỉ những tín đồ Phật Giáo tín phụng Phật Pháp và theo Phật Pháp xuất gia tu hành, đồng thời thừa kế và hoằng dương[1] giáo lý Phật Pháp. "*Tăng*" dịch âm từ Phạn ngữ "*tăng-già*" nghĩa là "pháp chúng", nhằm chỉ các Phật tử xuất gia tu hành.

Tam Bảo "Phật, Pháp, Tăng" là những chốn an trụ thực sự của chúng sinh. Giữa Tam Bảo có mối quan hệ hết sức mật thiết đến độ tất cả Tam Bảo thực sự là một khối hợp nhất chứ không phải là ba thực thể riêng biệt. Phật suy cho cùng chính là Pháp vì một vị Phật chỉ xuất hiện khi đã thông hiểu được Pháp.

Tam Tạng Kinh

Đức Phật đã nhập diệt, nhưng giáo lý cao siêu mà Ngài đã dày công thuyết giảng và truyền bá trong bốn mươi lăm năm trường vẫn còn lưu lại đến ngày nay cho nhân loại, trọn vẹn, đầy đủ và hoàn toàn tinh túy.

Sinh thời, Đức Phật chỉ dùng ngôn từ để thuyết giảng, không ghi chú thành văn tự và cũng không có đệ tử nào

---

[1] Hoằng dương: truyền bá.

viết lại tại chỗ. Ngài thường thuyết giảng bằng tiếng Pali (Prakrit). Cũng như tiếng Phạn (Sanskrit), tiếng Pali cũng là một ngôn ngữ thuộc nhóm Ấn-Aryan trung cổ. So với tiếng Phạn là thứ tiếng có văn bản ngữ pháp, tinh tế và có chất văn chương, tiếng Pali thiếu văn phạm, không tế nhị, nhưng lại chính là ngôn ngữ bình dân được đại chúng thường dùng. Trong các phần dưới đây của cuốn sách, kí hiệu (pi.) được dùng để chỉ tiếng Pali, và (sa.) được dùng để chỉ tiếng Phạn - Sanskrit.

Theo lịch sử Phật Giáo, kinh điển được hình thành và tu chỉnh sau khi Đức Phật nhập diệt, qua nhiều lần kết tập của các đệ tử của Ngài. Trong thời gian Đức Phật hoằng pháp, những bài giảng của Ngài không được ghi chú bằng văn tự và chỉ được truyền khẩu bằng miệng, tâm khẩu tương truyền. Sau khi Đức Phật nhập diệt, các đệ tử của Ngài tập hợp lại với nhau (gọi là kết tập), đem những lời giảng của Đức Phật tụng đọc lại, xác nhận, chỉnh lý, ghi chép lại và từ đó mà hình thành nên kinh điển Phật Giáo. Các kinh văn của trường phái Thượng tọa bộ[1] được tin tưởng là chép lại một cách chân xác những lời dạy của Đức Phật. Đại tạng kinh của Thượng tọa bộ còn được gọi là "Đại tạng kinh Pali" vì tạng kinh này được viết bằng tiếng Pali bao gồm khoảng 4 triệu chữ. Phật Giáo Tiểu Thừa sau này là bắt nguồn từ

[1] Thượng tọa bộ, Phật Giáo Đại Thừa, Phật Giáo Tiểu Thừa: tên các trường phái của Phật Giáo.

trường phái Thượng tọa bộ cũng lấy "Đại tạng kinh Pali" là căn bản.

Các kinh văn của các trường phái theo Đại Thừa ra đời sau này cũng được tin tưởng là chép lại lời dạy của Đức Phật, hoặc chép lời dạy trực tiếp của những vị Phật và Bồ Tát khác. Khoảng 600 bộ kinh Đại Thừa được truyền lại bằng tiếng Phạn hoặc trong những bản dịch tiếng Hán hoặc tiếng Tây Tạng. Đại tạng kinh Đại Thừa đầy đủ nhất hiện nay có lẽ là phiên bản bằng tiếng Hán, mặc dù đây chỉ là bản dịch từ tiếng Phạn. Đại tạng này chứa đựng kinh văn của nhiều bộ phái truyền thống xưa.

Lại nói về các lần kết tập, lần kết tập đầu tiên xảy ra ba tháng sau khi Đức Phật nhập Niết-bàn, vào năm thứ tám triều đại A Xà Thế (Ajatasattu). Trong lần kết tập đầu tiên này, năm trăm vị đại đệ tử A-la-hán của Ngài tập hợp tại Vương Xá (Rajagaha) để nhắc lại những lời Đức Phật dạy. Các đại đệ tử của Ngài tập trung toàn thể giáo lý của Đức Phật và sắp xếp rành mạch thành ba tạng tức là Tam Tạng Kinh: Tạng Luật, Tạng Kinh và Tạng Luận.

Vì có những khuynh hướng làm sai lạc Giáo Pháp nên vài lần sau đó các vị A-la-hán lại kết tập lại để đọc và tu chỉnh lại Phật ngôn. Lần kết tập thứ sáu gần đây nhất diễn ra vào các năm 1954-1956 được chính phủ liên bang Miến Điện phát động nhân dịp kỷ niệm 2.500 năm ngày Đức Phật nhập diệt. Tham gia lần kết tập này có 2.500 Tỳ kheo thượng tọa của các nước Miến Điện, Thái Lan, Sri Lanka, Ấn Độ,

Nepal… Đại tạng kinh của lần kết tập này trở nên Đại tạng kinh bằng tiếng Pali hoàn thiện nhất cho đến hiện nay.

Các Đại tạng kinh gồm ba tạng kinh gọi là Tam Tạng (sa. *tripitaka*, pi. *tripitaka*) có nghĩa là ba cái giỏ. Ba cái giỏ ấy là: giỏ đựng Luật (Vinaya Pitaka), giỏ đựng Kinh (Sutta Pitaka) và giỏ đựng Luận (Abhidhamma Pitaka, còn gọi là Vi Diệu Pháp).

Tạng Luật (Vinaya Pitaka)

Tạng Luật được xem là cái neo vững chắc để bảo tồn con thuyền giáo hội trong những cơn phong ba bão táp của lịch sử. Phần lớn tạng Luật đề cập đến giới Luật và nghi lễ trong đời sống xuất gia của các vị Tỳ kheo (nam) và Tỳ kheo ni (nữ). Ngót hai mươi năm sau khi thành đạo, Đức Phật không có ban hành giới luật nhất định để kiểm soát và khép chư tăng vào kỷ cương. Về sau, mỗi khi có trường hợp vi phạm xảy ra, Đức Phật lại đặt ra những điều răn thích hợp. Tạng Luật nêu rõ đầy đủ lý do tại sao và trường hợp nào Đức Phật ban hành một giới luật và mô tả rành mạch các nghi thức hành lễ sám hối của chư tăng. Người đọc Tạng Luật không khỏi ngạc nhiên và thán phục tính cách dân chủ trong phương pháp thành lập và tổ chức Giáo Hội Tăng Già, việc sử dụng tài sản, mức độ luân lý cao thượng của chư Tăng và khả năng xuất chúng của Đức Phật trong việc điều hành Giáo Hội.

Tạng Kinh (Sutta Pitaka)

Tạng Kinh đại để gồm những bài Pháp có tính cách khuyên dạy mà trong nhiều cơ hội khác nhau, Đức Phật giảng cho các bậc xuất gia và hàng cư sĩ. Một vài bài giảng của các vị đại đệ tử như các ngài Xá-lợi-phất (Sariputta), Mục-kiền-liên (Moggallana) và A-nan-đà (Ananda) cũng được ghép vào Tạng Kinh và cũng được tôn trọng như chính lời Đức Phật vì đã được Đức Phật chấp nhận. Phần lớn các bài Pháp này nhằm vào lợi ích của chư Tỳ kheo và đề cập đến đời sống thánh thiện của các bậc xuất gia. Nhiều bài khác liên quan đến tiến bộ vật chất và tinh thần, đạo đức của người cư sĩ.

Tạng Kinh gồm năm bộ:

1. Digha Nikaya, Trường A Hàm, chép lại những bài Pháp dài.

2. Majjhima Nikaya, Trung A Hàm, những bài Pháp dài bậc trung.

3. Samyutta Nikaya, Tạp A Hàm, những câu kinh tương tự nhau.

4. Anguttara Nikaya, Tăng Nhất A Hàm, những bài Pháp sắp xếp theo con số.

5. Khuddaka Nikaya, Tiểu A Hàm, những câu kệ vắn tắt.

Tạng Luận (Abhidhamma Pitaka)

Tạng Luận thâm diệu và quan trọng nhất trong toàn thể Giáo

Pháp vì đây là phần triết lý cao siêu, so với Tạng Kinh vốn giản dị hơn. *Abhidhamma, Tạng Luận* hay *Vi Diệu Pháp*, là tinh hoa của Phật Giáo. Tạng này được gọi là Tạng Luận vì theo hệ thống kinh điển Đại Thừa, đây là tập hợp các bộ luận giải của các vị cao tăng Đại Thừa. Tuy nhiên, trong hệ Nguyên thủy và để sát nghĩa, *Abhidhamma* là tập hợp các bài giảng sâu xa của Đức Phật về thể tính của vạn pháp, và thường được sách Trung Hoa phiên âm là *A-tỳ-đàm*. Dịch đúng nghĩa là *Vi Diệu Pháp* hay *Thắng Pháp*. Theo một vài học giả, Vi Diệu Pháp không phải là Đức Phật giảng mà do các nhà sư uyên bác khởi thảo về sau. Tuy nhiên, đúng theo truyền thống thì chính Đức Phật đã dạy phần chính yếu của Tạng này.

Tạng Luận gồm bảy bộ:

1. Dhammasanghani - Pháp Tụ: phân loại các Pháp.

2. Vibhanga - Phân Biệt: những tiết mục.

3. Dhatukatha - Giới Thuyết: luận giải về các nguyên tố hay giới.

4. Puggala Pannatti - Nhân Thi Thuyết: chỉ danh những cá tính.

5. Kathavathu - Thuyết Sự: những điểm tranh luận.

6. Yamaka - Song Đối: cuốn sách về những cặp đôi.

7. Patthana - Phát Thú: cuốn sách đề cập đến nhân quả tương quan.

Đối với bậc trí giả muốn tìm chân lý, Tạng Luận là quyển kinh chỉ dẫn khẩn yếu, vừa là một tập khải luận vô giá. Ở đây có đủ thức ăn tinh thần cho các học giả muốn mở mang trí tuệ và đời sống lý tưởng của người Phật tử. Mặc dù được ghi chép trên 2.000 năm trước, Vi Diệu Pháp cũng hàm chứa nội dung của khoa Tâm lý học hiện đại khi đề cập đến những vấn đề có liên quan đến tâm thức, tư tưởng, tiến trình tư tưởng, các trạng thái tâm. Tuy nhiên, Tạng Luận không chấp nhận có một linh hồn, hiểu như một thực thể trường tồn bất biến. Vì vậy, có thể nói, Vi Diệu Pháp dạy một thứ tâm lý học trong đó không có linh hồn.

Có một câu hỏi được nêu lên rằng: "Vi Diệu Pháp có quả thật tuyệt đối thiết yếu để chứng ngộ Niết-bàn, mục tiêu cứu cánh của Phật Giáo không? Vi Diệu Pháp có thật sự tuyệt đối thiết yếu để thấu đạt thực tướng của vạn pháp[1] không?"

Câu trả lời là Vi Diệu Pháp chắc chắn là vô cùng hữu ích để giúp Phật tử thấu đạt giáo lý của Đức Phật một cách đầy đủ và chứng ngộ Niết-bàn, vì Pháp này là chìa khóa để mở cửa vào cuộc sống. Thiếu kiến thức về Vi Diệu Pháp sẽ khiến ta thấy khó lĩnh hội được ý nghĩa thực sự của một số giáo lý thâm diệu của Đức Thế Tôn. Tuy nhiên, chúng ta không thể khẳng định một cách quả quyết rằng Vi Diệu Pháp tuyệt đối thiết yếu để thành tựu giải thoát. Hiểu biết thấu đáo

---

[1] Thực tướng của vạn pháp: theo cách nói nôm na có nghĩa là bản chất của mọi sự vật.

và chứng ngộ là vấn đề thuần túy cá nhân, mỗi cá nhân phải thấu triệt chân lý và thành tựu giải thoát cho chính mình.

Đối với một vài người, chỉ một chiếc lá vàng rơi hay một giọt nước cũng đủ để chứng đắc Đạo Quả Phật. Với những bậc trí giả thường xuyên suy ngẫm sâu xa, một chỉ dẫn gợi mở nhẹ nhàng cũng đủ giúp để khám phá những chân lý vĩ đại. Giáo Pháp không ở ngoài ta. Hãy nhìn hướng vào trong. Chân lý sẽ tự nó hiển lộ.

PHẬT GIÁO LÀ GÌ?

Cốt lõi của Đạo Phật

"Phật" là tiếng dịch âm từ Phạn ngữ "Phật Đà", có nghĩa "giác giả" hay "người giác ngộ", hàm ý người đã giác ngộ chân đế nhân sinh, nắm vững chân lý tối cao do Phật giảng dạy, đạt tới những cảnh giới tối cao do sự tu hành Phật Giáo.

Cốt lõi của Đạo Phật là giáo lý "*tỉnh thức*" và "*giải thoát*": giải thoát khỏi lòng tham, giải thoát khỏi sân hận và sau cùng là giải thoát khỏi sự vô minh - trong hành động, trong lời nói và trong ý nghĩ. Các tôn giáo như Thiên Chúa Giáo, Ấn Giáo, Hồi Giáo, Bái Hỏa Giáo và Do Thái Giáo chủ trương rằng: *"Hãy quay về với Thượng Đế và cầu nguyện, hiến mình trọn vẹn cho Thượng Đế, hợp nhất với Thượng Đế"*. Nền tảng đạo lý của họ dựa trên ý niệm về Thượng Đế, họ cho là nếu con người không tin nơi Thượng

Đế thì sẽ không thể nào có được cuộc sống chân chính và hữu ích. Riêng Đức Phật lại dạy mọi người hãy nương tựa nơi chính mình, không nên trông chờ vào bất kỳ đấng cứu rỗi nào từ bên ngoài. Đức Phật đã chỉ ra rằng bản chất vô thường của vạn vật là không bao giờ đem lại cho chúng ta sự thỏa mãn mãi mãi, và sau cùng cái chết sẽ lạnh lùng lấy đi tất cả những gì mà chúng ta tích lũy, góp nhặt, tách chúng ta ra khỏi những gì ta đang ôm ấp. Chỉ có giải thoát khỏi những rác rưởi tầm thường của đời sống vật chất mới giúp chúng sinh thoát khỏi kiếp sống luân hồi này. Và muốn đạt tới những giải thoát như thế, Đức Phật dạy chúng ta phải luôn *tỉnh thức*, vì chỉ có tỉnh thức thì chúng sinh mới có thể nhìn thấy thực chất của vạn pháp, mới thấy được sự vật đúng như nó đang hiện hữu, trần trụi và thô kệch.

Phật Giáo: sự bác bỏ những nền tảng của Đạo Hindu

Khi chuyển góc nhìn từ Đức Phật - một con người, sang Đạo Phật - một tôn giáo, chúng ta có thể thấy rằng Đạo Phật đã ra đời như một sự thách thức và bác bỏ những nền tảng cơ bản của Đạo Hindu. Không như Đạo Hindu hình thành chậm rãi theo thời gian, Phật Giáo thoát thân và trỗi lên từ Đạo Hindu dường như chỉ qua một đêm. Vậy thì Phật Giáo đã thách thức và bác bỏ những nền tảng gì của Đạo Hindu?

Mỗi tôn giáo được hình thành dựa trên sáu đặc tính là "thẩm quyền", "nghi lễ", "diễn giảng", "truyền thống", "ân sủng" và "huyền bí". Nhìn qua nội dung của sáu đặc tính

này, chúng ta hiển nhiên hiểu rằng chúng thực chất chỉ là do con người tô vẽ ra mà thành. Tôn giáo cũng phức tạp như chính phủ và xã hội, bởi vậy tài năng và sự xuất chúng sẽ đưa một số người vượt lên trên đám đông và trở thành lãnh tụ tinh thần. Những lời răn dạy của họ sẽ được lắng nghe và lưu giữ. Hình tượng của họ được tôn thờ. Đó chính là đặc tính đầu tiên của tôn giáo - "*thẩm quyền*".

Đặc tính thứ hai của tôn giáo là "*nghi lễ*". Tôn giáo sinh ra từ những hoạt động tụ hội của đám đông. Khi bùng nổ vui mừng hay khi phải hứng chịu những bi kịch lớn lao, chúng ta không chỉ muốn gặp gỡ mọi người để chia sẻ, chúng ta còn muốn tăng cường sự gắn kết trong cộng đồng và giải tỏa những vết thương. "Nghi lễ" chính là nhằm mục đích ấy và dùng để tăng cường sức mạnh của tôn giáo.

Tiếp theo, mặc dù tôn giáo bắt đầu bằng nghi lễ và được tăng cường sức mạnh bằng nghi lễ, nhưng "*diễn giảng*" sẽ là cần thiết để giữ gìn và nuôi dưỡng sức mạnh đó. Câu trả lời cho những thắc mắc như chúng ta đến từ đâu, chúng ta sẽ đi tới đâu, tại sao chúng ta lại sinh ra, lại hiện hữu… cũng như những lời răn dạy từ các bề trên sẽ được lưu giữ và trở thành tài sản của mỗi tôn giáo.

Đặc tính thứ tư của tôn giáo là "*truyền thống*", là cái sẽ thay thế bản năng trong việc giữ gìn những di sản quí báu mà các thế hệ trước để lại.

Đặc tính thứ năm của tôn giáo là "*ân sủng*": ân sủng từ Thượng Đế, ân sủng từ Đức Chúa Trời. Ân sủng tạo cho con

người lòng tin, là sự đảm bảo rằng thực tế và lẽ phải thuộc về phía chúng ta, là nơi chúng ta có thể trông cậy và vịn dựa.

Cuối cùng, tôn giáo nào cũng mang đầy chất "*huyền bí*": bởi lẽ trong khi là "hữu hạn", tâm thức con người không thể thăm dò cái "vô hạn" đang bao bọc nó.

Mỗi một đặc tính này góp phần cho sự hình thành của tôn giáo, nhưng ngược lại cũng có thể trở thành lực cản ngăn trở bước đi của tôn giáo. Đạo Hindu trong thời của Đức Phật đã quá lạm dụng những đặc tính ấy, do đó mà mất đi tính tích cực vốn có của tôn giáo. Thẩm quyền đã trở thành sự kế thừa và bị đẳng cấp Bà-la-môn lợi dụng để cất giấu những bí mật của giáo phái. Lễ nghi trở thành những phương tiện cơ học để thực hiện các phép lạ. Những lời diễn giảng không còn hấp dẫn và bị dẫn dắt vào những cuộc tranh luận vô bổ. Truyền thống trở thành gánh nặng tê liệt, cằn cỗi. Ân sủng của Thượng đế bị hiểu sai và làm xói mòn trách nhiệm của con người. Sự huyền bí bị lẫn lộn với những chuyện hoang đường.

Đức Phật đã bước lên mảnh đất "uế tạp" ấy, dọn quang nó, từ đó giúp cho chân lý có thể bung ra, thuần khiết và mới mẻ. Kết quả đầy ngạc nhiên: đó là Đạo Phật - một tôn giáo hoàn toàn mới ngay từ ngày đầu tiên, hoàn toàn bác bỏ những đặc tính, những nền tảng mà chúng ta vẫn cho rằng bắt buộc phải có để cho một tôn giáo có thể bén rễ và ra đời:

1. Đức Phật thuyết giảng một tôn giáo bác bỏ mọi thẩm quyền. Ngài đã phá vỡ tính độc quyền của đẳng cấp Bà-

la-môn về tôn giáo, đồng thời thách thức mỗi cá nhân chịu trách nhiệm cho chính cuộc đời của mình.

2. Đức Phật thuyết giảng một tôn giáo bác bỏ nghi lễ. Ngài đả phá sự hào nhoáng trong các nghi lễ của đẳng cấp Bà-la-môn, cho đó chỉ là những cầu xin mê tín vô bổ tới thần linh.

3. Đức Phật thuyết giảng một tôn giáo tránh xa những suy luận vô ích về các vấn đề siêu hình. Ngài có thể là một trong những nhà siêu hình vĩ đại nhất mọi thời đại, thế nhưng Ngài không muốn rơi vào "bụi rặm của lý thuyết". Cho dù thế giới là vĩnh cửu hay không, cho dù nó là vô hạn hay hữu hạn, cho dù Đức Phật có tồn tại sau khi chết hay không - đối với những câu hỏi như thế Đức Phật luôn giữ một sự im lặng cao quí.

4. Đức Phật thuyết giảng một tôn giáo bác bỏ truyền thống. Ngài đứng trên quá khứ và luôn răn dạy các môn đệ của mình: "*Đừng tin vào truyền thống nếu chỉ vì nó được truyền xuống qua nhiều thế hệ. Chỉ sau khi quan sát và phân tích, khi con tìm thấy ở đó sự đồng thuận với mình và có ích cho mọi người, hãy chấp nhận và sống theo nó*".

5. Đức Phật thuyết giảng một tôn giáo đòi hỏi sự nỗ lực của bản thân chứ không gì khác. Ngài từ chối dứt khoát điều mà những "kẻ ngu si" cho rằng con người hoàn toàn bất lực trước số phận của mình. "*Có một con đường dẫn tới chấm dứt sự khổ. Hãy đặt chân lên đó*". Hãy đặt chân lên đó!

Đúng vậy. Mỗi cá nhân cần phải tự dấn thân trên con đường đó, với sự cương quyết và nỗ lực không ngừng.

6. Đức Phật thuyết giảng một tôn giáo bác bỏ bất kỳ một sức mạnh siêu nhiên nào. Người chỉ trích mọi hình thức bói toán, tiên tri và xem đó như một thứ nghệ thuật rẻ tiền. "*Nếu một ai đó cố gắng làm một phép lạ thì kẻ đó không phải là môn đệ của ta*".

Có thể nói Đạo Phật nguyên thủy đã để lại cho chúng ta một tôn giáo duy nhất và đầy tính hướng dẫn:

1. Đạo Phật hoàn toàn dựa trên kinh nghiệm thực tế. Đức Phật luôn khuyên mọi môn đồ phải tránh xa mọi suy nghĩ, mọi hành động viển vông. "*Đừng hành động theo sự suy luận, phán đoán hoặc tranh luận. Một môn đồ chân chính phải biết bản thân mình*".

2. Đạo Phật mang tính khoa học, dựa căn bản trên những suy luận khoa học và logic. Đạo Phật lấy chất lượng của những trải nghiệm đã qua làm phép thử cuối cùng, đồng thời tìm kiếm không biết mỏi mệt nguyên nhân của những trải nghiệm đó. "*Cái đang hiện hữu sẽ trở thành. Cái không hiện hữu sẽ không trở thành*".

3. Đạo Phật mang tính thực dụng. Đạo Phật ví Giáo Pháp của mình giống như chiếc bè giúp người ta qua sông chứ không phải để ôm giữ lấy, bởi vì sau khi đã qua sông rồi thì chiếc bè lại trở thành gánh nặng nếu ta còn khư khư ôm giữ nó.

4. Đạo Phật nhằm mục đích chữa bệnh. "*Ta chỉ nói khổ và con đường diệt khổ. Ta nói đó là căn bệnh duy nhất và sự chấm dứt căn bệnh đó*". Như một bác sĩ y khoa, Đức Phật chẩn đoán căn bệnh của nhân loại và bốc thuốc cho căn bệnh đó. Đó là một thái độ mang đầy tính từ bi và nhân ái.

5. Đạo Phật là tâm lý chứ không phải siêu hình. Thay vì bắt đầu từ vũ trụ và hướng tới con người bên trong nó, Đức Phật bắt đầu với hoàn cảnh nan giải của con người và đề ra giải pháp cho nó.

6. Đạo Phật là bình đẳng. Với cách nhìn rộng lượng và bao dung, Đức Phật khẳng định rằng phụ nữ cũng giác ngộ như nam giới. Người bác bỏ giả thiết của hệ thống đẳng cấp rằng năng khiếu là do kế thừa.

7. Đạo Phật đem lời khuyên trực tiếp đến từng cá nhân. "*Đừng hướng tâm của mình tới những cứu cánh bên ngoài. Hãy tự tìm giải pháp của riêng mình với sự nỗ lực không ngừng*".

Vị trí con người trong Phật Giáo

Trong số những nhà sáng lập các tôn giáo, Đức Phật là người thầy duy nhất đã không tự xưng là gì khác hơn là một con người, hoàn toàn chỉ là một con người. Ngài tuyên bố tất cả những gì Ngài đạt đến được đều hoàn toàn do nỗ lực và trí tuệ con người. Theo Ngài mọi người đều mang trong mình Phật tính và có khả năng trở thành một Đức Phật nếu họ muốn và nỗ lực.

Theo Phật Học, vị trí của con người là tối thượng. Con người là chủ nhân của chính mình và không có một quyền năng nào trên cao có thể định đoạt số phận của con người. Đức Phật khuyên các môn đệ hãy là "*một nơi nương tựa của chính mình*" và không bao giờ nên tìm nơi nương tựa hay sự trợ giúp của bất cứ ai khác. Đức Phật dạy rằng trong giáo lý của Ngài không giấu giếm một điều gì huyền bí, hay nói một cách khác, *Ngài không giấu gì trong tay áo*.

Trong lịch sử các tôn giáo, người ta hiếm thấy một tôn giáo nào có tư tưởng tự do như Phật Giáo. Sự tự do này rất cần thiết, vì theo Đức Phật, sự giải thoát của con người phụ thuộc vào chính khả năng chứng ngộ chân lý của mỗi người, chứ không phải vào ân huệ của một vị thần linh hay một quyền năng nào khác. Xa hơn nữa, Đức Phật còn khuyên bảo các Tỳ kheo rằng một môn đệ của Phật cần phải xét đoán ngay cả Đức Như Lai nữa, để có thể hoàn toàn tin chắc giá trị của vị Thầy mà mình đang tin theo.

Người ta thường hỏi: Phật Giáo là một tôn giáo hay một triết học? Gọi nó là gì, điều ấy không quan trọng, Phật Giáo vẫn là Phật Giáo, là con đường dẫn đến giải thoát mọi đau khổ.

Chương 2

LƯỢC SỬ CÁC THỜI KỲ PHẬT GIÁO

Phật Giáo khởi nguồn từ Ấn Độ vào thế kỷ 5 và 6 TCN với sự xuất hiện của Đức Phật Cồ-đàm. Thời Ngài còn sinh tiền, Phật Giáo đã phát triển thịnh đạt và lan tỏa mạnh mẽ nhờ vào nhân cách vĩ đại của Đức Phật và sức hấp dẫn trong những triết lý mà Ngài thuyết giảng. Trước khi Đức Phật viên tịch, Phật Giáo đã phát triển vững vàng tại Ấn Độ. Vào thời kỳ vua A Dục (Asoka) thống trị vương triều Maurya, khoảng thế kỷ 3 TCN ở Ấn Độ, Phật Giáo trở thành quốc giáo của Ấn Độ. Một nghìn năm sau khi Đức Phật nhập diệt, một phong trào mạnh mẽ của Phật Giáo bắt đầu và sau đó lan tỏa khắp toàn bộ Trung và Đông Á.

Thế kỷ 3 TCN một làn sóng Phật Giáo từ Ấn Độ truyền sang nước đầu tiên trên thế giới là quốc gia Nam Á Sri Lanka, sau đó từ Sri Lanka truyền sang toàn bộ khu vực Đông Nam Á. Truyền thừa Phật Giáo hệ thống này được gọi là "Phật Giáo Nam truyền".

Phật Giáo được nhập vào Trung Á từ rất sớm và lưu lại ở đây văn hóa Phật Giáo rực rỡ sắc màu. Sau đó làn sóng này đi về phía Đông thông qua "con đường tơ lụa" vào Trung Quốc. Trong khoảng thế kỷ 4 - 6 Phật Giáo từ Trung Quốc trước sau truyền vào bán đảo Triều Tiên và Nhật Bản, vì thế đặc điểm nổi bật của Phật Giáo ở bán đảo Triều Tiên và Nhật

Bản là chịu ảnh hưởng lớn Phật Giáo Trung Quốc. Vào thế kỷ 7, Phật Giáo từ Ấn Độ truyền vào khu vực Tây Tạng, ra đời hệ thống Phật Giáo Tây Tạng đầy màu sắc huyền hoặc. Từ Tây Tạng, làn sóng này truyền vào Mông Cổ.

Việc truyền bá Phật Giáo phát triển mạnh vào các thế kỷ 5, 6, 7. Giai đoạn này cũng là thời kỳ hưng thịnh của Phật Giáo ở Ấn Độ. Sau đó Phật Giáo bắt đầu quá trình thoái trào và đi đến suy sụp ở ngay trên mảnh đất Ấn Độ. Sau thế kỷ 13, Phật Giáo được xem là bị tiêu diệt tại Ấn Độ, nơi sản sinh Đạo Phật. Nhưng cũng từ thời điểm này, Đạo Phật có thể nói bắt đầu nở hoa trên những mảnh đất phương Đông khác như Trung Hoa, Sri Lanka, Miến Điện, Nepal, Nhật Bản v.v… Tại đây Phật Giáo được củng cố vững chắc hơn và bắt đầu một quá trình thích nghi, tu chỉnh. Bắt đầu một giai đoạn của những tông phái Phật Giáo mới. Những tông phái này thực chất là dựa trên những tư tưởng Ấn Độ, nhưng đã được pha trộn nhiều yếu tố phi Ấn.

Sự giao tiếp với Ấn Độ dần dần bị ngưng lại, Trung Quốc và Tây Tạng trở thành những trung tâm của Phật Giáo phương Đông. Phật Giáo Trung Quốc do sớm hơn nên đã ảnh hưởng đáng kể đến Phật Giáo Tây Tạng. Nhưng, nhìn chung, cả hai trung tâm này đều là những trung tâm đóng kín độc lập với nhau.

Cho đến nay Phật Giáo đã tồn tại hơn 2.500 năm, và trong suốt thời kỳ này, Phật Giáo đã trải qua những thay đổi sâu xa và cơ bản. Để thuận tiện trong việc xem xét, lịch sử Phật Giáo có thể được tạm chia thành bốn thời kỳ là:

1. Phật Giáo Nguyên Thủy (giữa thế kỷ 6 TCN đến giữa thế kỷ 5 TCN)

2. Phật Giáo Bộ Phái (từ thế kỷ 4 TCN)

3. Phật Giáo Đại Thừa và Phật Giáo Tiểu Thừa (thế kỷ 1 - 5)

4. Mật Tông (từ thế kỷ 7)

Phật Giáo Nguyên Thủy (pi. *Theravada,* sa. *Sthaviravāda*)

Phật Giáo Nguyên Thủy, theo tiếng Pali (pi.) gọi là *Theravada,* theo Phạn ngữ (sa.) gọi là *Sthaviravāda.* Thời kỳ Phật Giáo Nguyên Thủy kéo dài từ giữa thế kỷ 6 TCN đến giữa thế kỷ 5 TCN, hình thành ngay trong thế kỷ đầu tiên sau khi Đức Phật Thích Ca viên tịch, phần lớn trùng khớp với giai đoạn mà sau này được gọi là Tiểu Thừa kéo dài trong khoảng 500 năm TCN. Vào thời kỳ Phật Giáo Nguyên Thủy, do Đức Phật Thích-ca Mâu-ni mới nhập diệt, đệ tử của Ngài đa số là đích thân nhận lĩnh sự giảng dạy của Đức Phật, cho nên trên phương diện giáo lí, phương thức tu hành cũng như thói quen sinh hoạt giáo đoàn phần lớn vẫn được tuân thủ như khi Đức Phật còn tại thế, không có sự tranh chấp lớn nào. Nhưng theo sự thay đổi của thời gian, những chia rẽ dần dần xuất hiện, dẫn đến sự thay đổi của Phật Giáo Nguyên Thủy.

Phật Giáo Bộ Phái

Trong thời kỳ Đức Phật chuyển pháp luân và trước đại hội kết tập kinh điển lần thứ hai, Đạo Phật không có tông phái

nào. Đó là thời kỳ Phật Giáo Nguyên Thủy đã nói ở trên. Vào khoảng 100 năm sau khi Đức Phật diệt độ, tức là trong thế kỷ 4 TCN, trong lần kết tập thứ hai, giáo đoàn thống nhất của Phật Giáo có nảy sinh những chia rẽ rất lớn, hình thành nên các loại hệ phái khác nhau, tiến vào thời kì gọi là "Phật Giáo Bộ Phái". Theo ghi chép trong tư liệu lịch sử Phật Giáo, trong thời kì "Phật Giáo Bộ Phái" hai phái lớn xuất hiện trước nhất là "*Đại chúng bộ*" và "*Thượng tọa bộ*". Sau này từ hai phái cơ bản trên mà chia thành 18 - 20 phái khác, gọi là "*Chi mạt bộ phái*". Gọi là "Đại chúng bộ" là vì các nhân vật đại biểu cho bộ phái này gồm phần lớn trong Tăng-già. Còn "Thượng tọa bộ" là vì các nhân vật đại biểu cho bộ phái này lúc ấy gồm các Tỳ kheo thượng tọa trưởng lão. "Thượng tọa bộ" và "Đại chúng bộ" có điểm chung là đều tin thờ vào giáo lý cơ bản của Phật Giáo như "Tứ diệu đế", "Bát Chánh Đạo", "Thập Nhị Nhân Duyên", nhưng lại rất khác nhau ở một số vấn đề khác. Thí dụ như trong cách nhìn về Đức Phật, "Thượng tọa bộ" xem Đức Phật như một giáo chủ chứ không phải là một vị thần vạn năng. Còn "Đại chúng bộ" nặng về cường điệu uy lực của Đức Phật, coi là vô cùng vô tận, siêu việt hơn các vị thần của thế gian. Mọi điều Đức Phật nói ra đều là viên mãn không chút sai sót, đều là chân lý tuyệt đối. Ngoài ra trong cách nhìn nhận về các vấn đề Có và Không, Thật và Giả của sự vật, các hệ phái của "Thượng tọa bộ" nghiêng về thuyết "Hữu" chủ trương rằng "Tam thế thật là có, Pháp thể là thường có", còn "Đại chúng bộ" lại nghiêng về thuyết "Không" cho rằng quá khứ và vị lai của sự vật đều không thực thể.

Phật Giáo Đại Thừa (sa. *Mahāyāna*) và Phật Giáo Tiểu Thừa (sa. *Hīnayāna*)

Thời kỳ thứ ba được đánh dấu bởi sự xuất hiện của "*Phật Giáo Đại Thừa*" và "*Phật Giáo Tiểu Thừa*", kéo dài từ thế kỷ 1 đầu Công nguyên đến thế kỷ 5. Chúng ta thường được nghe rất nhiều hai danh từ "Đại Thừa" và "Tiểu Thừa" này trong các tài liệu sách báo về Phật Giáo. Như vậy, rốt cuộc thì thế nào là Đại Thừa, thế nào là Tiểu Thừa? Giữa hai hệ phái này có gì khác biệt?

Từ "Thừa" là dịch nghĩa của từ "Yana" theo Phạn văn có nghĩa là "cỗ xe" hoặc "con đường". Vào khoảng thế kỷ 1 sau Công nguyên, Phật Giáo Ấn Độ hình thành một số tư tưởng học thuyết mới và các giáo phái mới về giáo lý và giáo quy. Hệ phái này của Đạo Phật, chủ yếu bắt nguồn từ chi phái "Đại chúng bộ", tự xưng mục đích của họ là "phổ độ chúng sinh", giáo lý họ tôn thờ được ví như một chiếc thuyền lớn, có thể chở chúng sinh từ bờ sinh tử bên này đến thế giới Niết-bàn giải thoát ở bờ bên kia, từ đó thành tựu quả vị Phật. Hệ phái này tự xưng là "*Đại Thừa*" - "*Cỗ xe lớn*" (sa. *Mahāyāna*) và đem Phật Giáo Nguyên Thủy vốn có và các giáo phái Đạo Phật khác như Thượng tọa bộ và Thuyết nhất thiết hữu bộ đồng loạt liệt vào hàng "*Tiểu Thừa*" - "*Cỗ xe nhỏ*"(sa. *Hīnayāna*) với ý phân biệt và kỳ thị. Nhưng cách xưng hô như vậy khiến các giáo phái Đạo Phật "Tiểu Thừa" bản thân không thừa nhận. Những người theo Đại Thừa trước đây thường cho rằng giáo lý Nguyên thủy Tiểu

Thừa không đưa đến quả vị tối hậu thành Phật, chỉ có giáo lý Đại Thừa mới là giáo lý chân chính của Phật. Ngược lại, các nhà sư Tiểu Thừa thì cho rằng giáo lý Tiểu Thừa mới chính là giáo lý nguyên thủy của Phật, còn giáo lý Đại Thừa là ngoại đạo. Sự bất đồng quan điểm ấy đã làm băng giá mối quan hệ của hai truyền thống cả ngàn năm. Ngày nay với những phương tiện tiến bộ, mọi mặt trong xã hội đều thay đổi, những quan điểm Tiểu Thừa và Đại Thừa không còn thích hợp. Từ ít lâu nay người ta có khuynh hướng tránh dùng từ ngữ "Tiểu Thừa" vì một số người không thông hiểu Phật Pháp có thể cảm thấy bị tổn thương. Do đó, hai khái niệm "*Phật Giáo Bắc Tông*" và "*Phật Giáo Nam Tông*" ra đời, nhằm thay thế cho Đại Thừa và Tiểu Thừa. Bắc Tông và Nam Tông là tên gọi các bộ phái Phật Giáo Ấn Độ dựa theo tình hình phân bố và phương hướng mà Phật Giáo Ấn Độ truyền ra ngoài. Phật Giáo Bắc Tông truyền theo hướng bắc vào Trung Quốc, Nhật Bản, Triều Tiên, Mông Cổ… Phật Giáo ở các quốc gia này được thống nhất gọi là "*Phật Giáo Bắc Tông*" hay "*Bắc truyền Phật Giáo*". Còn Phật Giáo Nam Tông truyền theo hướng nam vào Sri Lanka, Miến Điện, Thái Lan, Campuchia cũng như các địa khu của dân tộc Thái ở Vân Nam (Trung Quốc). Phật Giáo ở các quốc gia này được thống nhất gọi là "*Phật Giáo Nam Tông*" hay "*Nam truyền Phật Giáo*".

Về nguồn gốc thực tế, "Phật Giáo Đại Thừa" bắt nguồn chủ yếu từ "Đại chúng bộ", còn "Phật Giáo Tiểu Thừa" bắt nguồn chủ yếu từ "Thượng tọa bộ". Tới đây bạn đọc có thể

sẽ cảm thấy đôi chút bối rối về tên gọi của các bộ phái Phật Giáo. Thực ra rất đơn giản: "Phật Giáo Bắc Tông" hay "Bắc truyền Phật Giáo" chủ yếu bắt nguồn từ "Đại chúng bộ", cũng chính là "Phật Giáo Đại Thừa", dùng kinh điển chủ yếu là chữ Phạn; còn "Phật Giáo Nam Tông" hay "Nam truyền Phật Giáo" chủ yếu bắt nguồn từ "Thượng tọa bộ", cũng chính là "Phật Giáo Tiểu Thừa", dùng kinh điển chủ yếu là chữ Pali.

Mặc dù truyền thống Đại Thừa (Bắc Tông) và Tiểu Thừa (Nam Tông) có những khác biệt, tuy nhiên, những khác biệt ấy không cơ bản. Trái lại, những điểm tương đồng lại rất cơ bản về mặt giáo lý như sau:

- Cả hai đều nhìn nhận Đức Phật là bậc Đạo sư.
- Cả hai đều chấp nhận và hành trì giáo lý Tứ Thánh Đế, Bát Chánh Đạo, Duyên Khởi...; đều chấp nhận Tam pháp ấn Khổ, Không, Vô Ngã; đều chấp nhận con đường tu tập: Giới - Định - Tuệ.
- Cả hai đều từ chối về một đấng tối cao sáng tạo và ngự trị thế giới.

Tuy nhiên, Phật Giáo Đại Thừa và Tiểu Thừa có tồn tại một số những khác biệt như sau. Trước hết, đối với cách nhìn nhận về Đức Phật Thích-ca Mâu-ni, Phật Giáo Tiểu Thừa xem Ngài là một nhân vật lịch sử, là người đã đạt được đến giác ngộ hoàn toàn, không phải là hóa thân của một thực thể nào.

Còn Phật Giáo Đại Thừa xem Đức Phật Thích-ca Mâu-ni như một vị thần có uy lực quảng đại, pháp lực vô biên, toàn trí toàn năng. Về mục đích và phương pháp tu trì, Phật Giáo Tiểu Thừa chủ trương tu tập theo ba pháp: Giới, Định, Huệ và Bát Chánh Đạo; tập trung tuyệt đối vào con đường đi đến giải thoát. Phật Giáo Tiểu Thừa cho rằng các lí luận triết học không đóng vai trò quan trọng - chúng thậm chí bị xem là trở ngại trên đường giải thoát. Phật Giáo Tiểu Thừa phân tích rõ trạng thái của đời sống con người, bản chất sự vật, cơ cấu của chấp ngã và chỉ ra phương pháp giải thoát khỏi sự Khổ (sa. *duḥkha*). Tất cả các trường phái Tiểu Thừa đều có một quan điểm chung về sự vật đang hiện hữu: khổ có thật, phải giải thoát khỏi cái Khổ. Giải thoát khỏi luân hồi (sa., pi. *saṃsāra*), thoát khỏi sự tái sinh và đạt Niết-bàn (sa. *nirvāṇa*) là mục đích cao nhất của Tiểu Thừa. Muốn đạt được mục đích này, hành giả phải dựa vào sức mình, xa lánh thế gian. Vì vậy, Tiểu Thừa quan niệm phải sống viễn li, sống cuộc đời của một kẻ tu hành. Đối với Tiểu Thừa, cuộc sống tại gia không thể nào đưa đến sự giải thoát. Hình ảnh tiêu biểu của Tiểu Thừa là A-la-hán (sa. *arhat*), là người dựa vào tự lực để giải thoát. Theo quan điểm của Đại Thừa, sở dĩ phái này được gọi là "Tiểu Thừa" vì, ngược lại với chủ trương của Đại Thừa là nhằm đưa tất cả loài hữu tình đến giác ngộ, phái Tiểu Thừa chỉ quan tâm đến sự giác ngộ của cá nhân mình.

Còn Phật Giáo Đại Thừa, ngược lại, về mục đích và phương pháp tu trì, ngoại trừ ba pháp Giới, Định, Huệ

và Bát Chánh Đạo, còn chuyên trú về "*Bồ Tát Hạnh*" (sa. *Bodhisattva*) - có nghĩa là hành giả sau khi hành trì các Ba-la-mật-đa[1] đã thành tựu đạo quả Phật, nhưng nguyện không nhập Niết-bàn mà tình nguyện ở lại trần thế và phát nguyện cứu độ toàn thể chúng sinh. Có thể nói tư tưởng "Bồ Tát Hạnh" là một đặc sắc lớn trong tư tưởng Phật Giáo Đại Thừa. Người theo Phật Giáo Đại Thừa coi giai đoạn tu trì trước khi thành Phật của Đức Phật Thích-ca Mâu-ni, giai đoạn "Bồ Tát Hạnh", là tấm gương noi theo để tu hành bản thân. Phật Giáo Đại Thừa tuyệt đối không đặc biệt nhấn mạnh việc xuất gia tu hành mà ngược lại nhấn mạnh phải phổ độ chúng sinh khắp thế gian, không chỉ truy cầu Niết-bàn cho bản thân mà phải giúp đỡ người khác cùng đạt đến Niết-bàn. Đức Quán Thế Âm Bồ Tát là thí dụ điển hình của một vị Bồ Tát như thế. Trong thần thoại, văn học dân gian hay trong kinh sách Phật Giáo Đại Thừa, thì Quán Thế Âm Bồ Tát được xem là vị Bồ Tát có thần lực nhất, chỉ sau Phật Tổ. Điều này có thể là do Quán Thế Âm là vị Bồ Tát cứu độ chúng sinh và là Bồ Tát đặc trưng cho tinh thần của Phật Giáo Đại Thừa - giác tha, có nghĩa là cứu vớt và giác ngộ người khác. Ở Trung Hoa, Đức Quán Thế Âm Bồ Tát là nữ, mặc toàn đồ trắng và cầm ngọc trí huệ trong tay. Ngài cũng có mắt ở trong mỗi lòng bàn tay: chúng giúp Ngài tìm thấy người cần giúp đỡ. Danh xưng Quán Thế Âm xuất phát từ

---

[1] Ba-la-mật-đa: công hạnh của một vị Bồ Tát trong quá trình tu tập theo Đại Thừa.

một truyền thuyết của Phật Giáo, tin rằng những người tu hành đạt tới chính quả thì ngũ giác của họ có thể dùng chung được. Nghĩa là họ có thể dùng tai để "nhìn" thấy hình ảnh, dùng mắt để "nghe" thấy âm thanh, lưỡi có thể ngửi v.v... Theo lòng tin này, thì danh xưng Quán Thế Âm Bồ Tát có nghĩa là vị Bồ Tát luôn "nhìn thấy" tiếng ai oán đau khổ của chúng sinh và sẵn sàng có mặt để cứu giúp.

Bàn về Phật Giáo Đại Thừa chúng ta không thể không nhắc đến hai tông phái lớn nhất của Phật Giáo Đại Thừa khởi nguyên từ Ấn Độ: *Trung Quán Tông* và *Duy Thức Tông*. Trung Quán Tông (sa. *Mādhyamika)* là một trường phái Đại Thừa, được Đại sư Long Thọ (sa. *Nāgārjuna*) và Thánh Thiên (sa. *Āryadeva*) thành lập. Tông này có ảnh hưởng lớn tại Ấn Độ, Trung Quốc, Tây Tạng, Nhật Bản. Đại diện xuất sắc của phái này, bên cạnh hai vị sáng lập, là Phật Hộ (thế kỉ 5), Thanh Biện (thế kỉ 6), Nguyệt Xứng (thế kỉ 8), Tịch Thiên (thế kỉ 7 - 8), Tịch Hộ (thế kỉ 8) và Liên Hoa Giới (thế kỉ 8). Những Đại Luận sư này có ảnh hưởng rất lớn trong việc phát triển Đạo Phật tại Tây Tạng. Tên gọi của tông này dựa trên quan điểm "Trung Quán" - trung dung - về việc sự vật có hay không có. Với quan điểm "Tám Không", được ghi lại trong bài kệ dẫn nhập của Trung luận (sa. *madhyamakaśāstra*), *"không sinh, không diệt, không thường, không đoạn, không một, không khác, không đến, không đi",* Đại sư Long Thọ muốn nhấn mạnh đến "Tính Không" của vạn vật và vũ trụ.

Duy Thức Tông là một trường phái lớn khác của Phật Giáo Đại Thừa. Duy Thức Tông (sa. *Vijñaptimātravādin*) do Đại sư Vô Trước (sa. *Asaṅga*) và người em là Đại sư Thế Thân (sa. *Vasubandhu*) sáng lập. Duy Thức Tông phát triển mạnh nhất ở Ấn Độ trong thế kỉ 6. Quan điểm trung tâm của trường phái này là - như tên đã nói - tất cả mọi hiện tượng con người cảm nhận được đều là "duy thức" (sa. *Vijñāptimātratā*), chỉ là thức (tâm): mọi hiện tượng đều là cảm nhận của thức, ngoài thức đang cảm nhận thì không có gì là thật. Sự cảm nhận chỉ là kết quả của trí tưởng tượng, là ảnh ảo của một khách quan bị nhầm tưởng là có thật. Những cảm nhận của con người vì bị "ô nhiễm" nên chúng phát sinh ra một ấn tượng về cái "ta". Ấn tượng về cái "ta" là sai lâm, và cũng vì vô minh mà cho rằng có tự ngã nên con người bám víu vào đó để rồi gánh chịu đau khổ.

Duy Thức Tông bị Trung Quán Tông phản bác mãnh liệt. Họ cho rằng Duy Thức Tông đã đưa vai trò của Thức lên quá cao, cho nó một tính chất trường tồn, đứng sau mọi hiện tượng. Chúng ta sẽ bàn thêm về hai tông phái đặc sắc này của Phật Giáo Đại Thừa trong các chương sau.

Phật Giáo Mật Tông (Tantrayana)

Thời kỳ thứ tư của Phật Giáo là thời kỳ xuất hiện của *Mật Tông*. "*Mật Tông*", tức "*Mật Thừa*" (*Tantrayana*) là một trong những tông phái của Phật Giáo, xuất phát từ Ấn Độ vào khoảng thế kỷ 7, sau đó được truyền bá sang Trung Hoa,

Nhật Bản... và đặc biệt là phát triển mạnh mẽ ở Tây Tạng. Ở Tây Tạng, Mật Tông còn được gọi là "*Kim Cương Thừa*" (*Vajrayana*). Kim Cương Thừa được coi như là con đường thẳng dốc đứng để đi lên đỉnh núi; điều đó vừa nói lên tính siêu việt, đồng thời cũng nói lên sự khó khăn và nguy hiểm của lối tu Mật giáo.

Ngài Long Thọ (Nagarjuna, 600-650) được coi là vị Tổ sư của Mật giáo tại Ấn Độ. Ngài thuộc dòng Bà-la-môn, thọ giới tại Nalanda, sau đó đến Vương Xá tu 12 năm đắc thánh quả Đại thủ ấn tất địa (Mahamudràsiddhi). Mật giáo được truyền vào Tây Tạng thế kỷ 8 do ngài Liên Hoa Sinh (Padmasambhava), người Ấn Độ, sống cùng thời với vua Tây Tạng Ngật Lật Song Đề Tán (755-797). Ngài đến Tây Tạng, đem Mật giáo truyền bá và sáng lập tông phái Ninh Mã (Nuyingmapa), một trong bốn phái lớn của Mật giáo Tây Tạng. Ngài xây dựng tu viện Tang Duyên (Samye) năm 775 và trước tác nhiều tác phẩm quan trọng như bộ *Tử thư*... Ngài được coi là Tổ sư của Phật Giáo Tây Tạng.

Trong lịch sử phát triển của Phật Giáo Ấn Độ, có thể nói, sự xuất hiện của Mật Tông là một bước ngoặt rất lớn. Mật Tông khởi nguyên vào khoảng thế kỷ 7, tức là khoảng một ngàn năm sau khi Đức Phật nhập diệt. Đây là giai đoạn vãn kỳ của Phật Giáo Đại Thừa, cũng có thể nói là thời kỳ suy tàn của Phật Giáo Ấn Độ. Cũng nên nhắc lại đôi chút lịch sử Ấn Độ trong giai đoạn này. Vào khoảng thế kỷ 4 - 5, Ấn Độ

Giáo ra đời, gốc rễ từ Bà-la-môn Giáo, được hấp thụ thêm một số giáo nghĩa Phật Giáo. Ấn Độ Giáo với giáo nghĩa đơn giản rõ ràng, kết hợp với những quan niệm tôn giáo truyền thống nên dễ dàng được sự tiếp nhận rộng rãi của xã hội Ấn Độ. Trong khi đó, Phật Giáo Đại Thừa với giáo lý uyên thâm phức tạp, khó tiếp cận, mất dần sự hấp dẫn với quần chúng. Chúng ta đều biết rằng Phật Giáo Ấn Độ thời kỳ đầu phản đối tín ngưỡng truyền thống của tôn giáo Ấn Độ, luôn giữ thái độ phê phán đối với sự sùng bái đa thần của Bà-la-môn Giáo, chân ngôn, mật ngữ và những nghi lễ tôn giáo trong tư tưởng Vệ-đà. Cho tới lúc này lập trường này bị lung lay. Phật Giáo Ấn Độ suy tàn dần. Tình thế này buộc Phật Giáo Đại Thừa, để tồn tại, phải mở rộng cánh cửa, hấp thụ những giáo lý mà trước kia quy kết là "ngoại đạo", dần dần Phật Giáo hóa những chân ngôn, mật chú, hấp thụ những quan niệm tôn giáo thế tục truyền thống, từ đó mà hình thành Mật Tông.

Có thể nói, điểm đặc biệt của Mật Tông là sự phối hợp sáng tạo giữa các phương pháp tu luyện cổ xưa của nền văn minh tâm linh Ấn Độ với Triết lý Đại Thừa của Phật Giáo. Tây Tạng được xem là nơi cất giữ một cách trọn vẹn tinh túy này của Mật Tông Ấn Độ. Chữ "Mật Tông" dùng để chỉ chung các giáo lý bí truyền Ấn Độ Giáo, những cái có từ trước khi Phật Giáo xuất hiện, đó là phép niệm chân ngôn (mantra), phép bắt ấn (mudrā) và sử dụng Mạn-đà-la (mandala - đàn

tràng) cũng như các nghi lễ Quán đỉnh (abhiṣeka)[1]. Trong Mật Tông, các giáo lý và thực hành Mật Tông cao nhất chỉ được khẩu truyền và được giữ bí mật tuyệt đối giữa vị thầy và đệ tử, đó là lí do tại sao mà Mật Tông không được truyền bá rộng rãi.

Cũng trong thế kỷ 6-7 này, tại Trung Hoa xuất hiện hai tông phái Phật Giáo lớn là *"Tịnh Độ Tông"* và *"Thiền Tông"*. Tịnh Độ Tông xuất hiện vào giữa thế kỷ 6 tại Trung Hoa từ sự truyền bá của sư Huệ Viễn (Hui-yuan)[2]. Tư tưởng về Tịnh Độ vốn có sẵn trong Phật Giáo Ấn Độ nhưng tới khi sang Trung Hoa thì nó phát triển thành một tông phái hoàn chỉnh. Tịnh Độ Tông cũng được xem là một nhánh của Đại Thừa song tông này không có sự truyền thừa như các tông phái khác mà chỉ do sự đóng góp công sức để phát huy giáo lý Tịnh Độ. Kinh điển phái này phần chính là các kinh Vô Lượng Thọ, Quán Vô Lượng Thọ, kinh A-di-đà, cộng với luận Vãng sinh Tịnh Độ. Theo sự tích thì Phật A-di-đà đã có phát nguyện cứu độ tất cả chúng sinh nào muốn vãng sinh về cõi Cực Lạc. Đây là tên của một vị Phật được tôn thờ nhiều nhất trong Phật Giáo Đại Thừa. Tương truyền rằng một trong số những kiếp luân hồi của A-di-đà từng là một nhà vua. Sau khi phát tâm mộ đạo, vị vua này từ bỏ ngôi báu và trở thành

---

[1] Quán đỉnh: một nghi thức trong Phật Giáo Kim Cương Thừa, trong đó một bậc thầy tu chứng thành tựu một pháp môn nào đấy trao truyền trực tiếp cho các đệ tử của pháp môn.

[2] Huệ Viễn (334-416): một Cao tăng Trung Quốc đời nhà Tấn.

một Tỳ kheo với tên là Pháp Tạng (sa. *Dharmākara*). Ngài quyết tâm tu hành thành Phật và nguyện giúp chúng sinh tái sinh vào cõi Cực Lạc của mình và cũng sẽ thành Phật. Phật A-di-đà lập 48 đại nguyện nhằm giúp chúng sinh giải thoát.

Nguyên lý của Tịnh Độ Tông là dựa vào nguyện lực (tha lực) của Phật A-di-đà và sự nhất tâm quán niệm danh hiệu Phật. Hình thức tu học phổ biến là niệm danh hiệu "Nam-mô A-di-đà Phật" (có nghĩa là "Đem thân tâm qui ngưỡng Đức Phật A-di-đà"), tập trung nhìn tượng Phật và quán các tướng tốt của Phật, quán tưởng đến hình ảnh Phật cho đến khi đạt tới mức vô niệm. Đây là một trong các tông phái tương đối dễ tu tập nên ở Đông và Nam Á có rất nhiều Phật tử theo tông phái này, nhất là người lớn tuổi.

Thiền Tông là tông phái Phật Giáo Đại Thừa xuất phát từ Trung Hoa. Thiền Tông sinh ra trong khoảng thế kỉ 6-7, khi Tổ Bồ-đề-đạt-ma (Bodhidharma)[1] đưa phép Thiền của Đạo Phật vào Trung Hoa cùng với sự hấp thụ một phần nào Đạo Lão. Nơi đây, Thiền Tông trở thành một tông phái lớn, với ý tưởng là hành giả đạt giác ngộ qua việc trực nhận được bản thể của sự vật, giống như Phật Thích-ca Mâu-ni đã đạt được dưới gốc cây Bồ-đề. "Thiền" là cách gọi tắt của "thiền na" (*dhyana*), có nghĩa là "tĩnh tâm", chủ trương tập trung trí tuệ để quán định (thiền) nhằm đạt đến chân lý giác

[1] Bồ-đề-đạt-ma: Tổ thứ 28 sau Phật Thích-ca Mâu-ni của dòng Thiền Ấn Độ và là Sư tổ của Thiền Tông Trung Quốc.

ngộ của Đạo Phật. Theo Thiền Tông, "thiền" không được hiểu là "suy nghĩ" bình thường vì suy nghĩ thì sẽ khiến cho "tâm vọng tưởng", làm phân tâm và là mầm mống của sinh tử luân hồi. Cách tu theo Thiền Tông đòi hỏi phải tập trung toàn bộ công sức, thời gian cộng với phải có khả năng đốn ngộ cao. Với yêu cầu đó, chỉ có những ai rất có căn cơ mới đạt được nên người tu thiền thì nhiều nhưng người chứng ngộ thì rất hiếm hoi.

Thiền Tông quan tâm đến kinh nghiệm chứng ngộ, đả phá mọi nghi thức tôn giáo và mọi lí luận về giáo pháp. Thiền Tông chỉ khuyên hành giả tọa thiền để trực nhận thấy bản tính. Đặc điểm của Thiền Tông có thể được thâu gọn trong bốn câu của Tổ Bồ-đề-đạt-ma: *"Bất lập văn tự, Giáo ngoại biệt truyền, Trực chỉ nhân tâm, Kiến tính thành Phật."* (*Chẳng lập văn tự, Truyền ngoài giáo lý, Chỉ thẳng tâm người, Thấy tính thành Phật*). Đường lối tu hành của Thiền Tông rất độc đáo, đơn giản nhưng cũng khó hiểu. Đơn giản là vì phương pháp tu chỉ là "thấy tính thành Phật" nhưng chính vì đơn giản nên gây nhiều điều khó hiểu. Thế nào là "thấy tính"? Chỉ gói gọn trong hai chữ "thấy tính" nhưng hàm súc thì thật là thâm sâu, mênh mông như biển cả. Tại Trung Hoa, khoảng đến đời nhà Tống thì Thiền Tông Trung Hoa bắt đầu suy tàn và trộn lẫn với Tịnh Độ Tông trong thời nhà Minh (thế kỷ 15). Trong thời gian đó, Thiền Tông đúng nghĩa với tính chất "dĩ tâm truyền tâm" được xem như là chấm dứt. Tuy nhiên, Thiền Tông từ Trung Hoa du nhập qua Nhật trong thế kỷ 12, đầu thế kỷ 13, ngược lại lại sống

dậy mạnh mẽ, sinh động và ảnh hưởng rất lớn đến Thiền thời nay.

Tất cả bốn thời kỳ phát triển này của Phật Giáo kéo dài đến khoảng thế kỷ 11. Sau đó Phật Giáo không còn sự thay đổi nội tại nào đáng kể nữa mà chỉ tiếp tục duy trì.

Về mặt địa lý, Phật Giáo ở thời kỳ đầu giới hạn gần như chỉ trong phạm vi Ấn Độ suốt từ thế kỷ 6 TCN cho đến thế kỷ 7 sau Công nguyên. Từ thế kỷ 7, những cuộc tự đổi mới của Ấn Độ Giáo đã đem lại sinh khí cho tôn giáo này và làm mờ nhạt dần hình ảnh Phật Giáo. Đạo Phật thực sự biến mất trên đất Ấn vào thế kỷ 13 và mãi cho đến thế kỷ 19 thì phong trào chấn hưng Phật Giáo tại Ấn mới khởi đầu trở lại. Tuy nhiên cũng từ thế kỷ 13, Phật Giáo bắt đầu cuộc chinh phục mạnh mẽ sang Đông Á và bản thân lại cũng chịu ảnh hưởng đáng kể bởi những tư tưởng bên ngoài Ấn Độ. Trong suốt thời kỳ này, có nhiều trung tâm phát huy một cách sáng tạo các tư tưởng Phật Giáo được hình thành bên ngoài Ấn Độ, đặc biệt là ở Trung Hoa.

Chương 3

PHẬT PHÁP

TỨ THÁNH ĐẾ (sa. *Catvāry Āryasatyāni*, pi. *Cattāri Ariyasaccāni*)

Giáo lí cơ bản của Phật Giáo có "Tứ Thánh Đế", "Thập Nhị Nhân Duyên" v.v… Truyền thuyết Phật Thích-ca Mâu-ni thành đạo dưới cây Bồ-đề, chứng ngộ được hai giáo lí này. Ý nghĩa của từ "Đế" là Chân lý, vậy "Tứ Thánh Đế" có nghĩa là "Bốn loại chân thật của Chân lý", đó là "Khổ, Tập, Diệt, Đạo". Phật cho rằng đây là bốn chân lý tuyệt đối của nhân sinh, cho nên gọi là "Tứ Thánh Đế" (hay còn gọi là "Tứ Diệu Đế").

Chân lý thứ nhất: Khổ Đế (pi. *Dukkha*)

Chân lý thứ nhất thường được các học giả Phật Giáo dịch là "Chân lý cao cả về sự khổ", và được giải thích là: cuộc sống, theo Phật Giáo, là khổ. Phật Giáo cho rằng khổ là một tồn tại phổ biến của con người. Sinh ra là khổ, già yếu là khổ, có bệnh tật là khổ, chết là khổ, gần người mình không ưa là khổ, xa lìa người mình yêu mến là khổ, gắng sức để thỏa mãn nhu cầu của mình là khổ. Nói cho đúng khái niệm "khổ" trong Khổ Đế không phải chỉ giản dị có nghĩa là những khổ đau thuộc thân xác hay tinh thần, mà còn bao hàm cả những thể dạng bất toại nguyện và những cảm giác bất an

mà tất cả chúng ta đều nhận thấy trong đời sống thường nhật của mình.

Đây là lời Đức Phật giảng giải về chân lý của sự khổ:

> *"Này các Tỳ kheo, đây là Thánh Đế về sự Khổ: sinh là khổ, già là khổ, bệnh là khổ, chết là khổ, thương yêu mà biệt ly là khổ, cầu mà không được là khổ."*

Trong ngôn ngữ Pali "dukkha", dịch theo cảm tính "du" là khó, "kha" là chịu đựng. "Dukkha" là cái làm cho ta khó chịu. Còn hiểu một cách trừu tượng, thì "du" là cái gì đáng khinh miệt, không đáng bấu víu, còn "kha" là hư vô, trống rỗng. Vậy thì "dukkha" là sự hư vô, không đáng để cho ta bâu víu.

Vì rằng Đức Phật chọn "dukkha" là điểm khởi đầu trong Tứ Thánh Đế, cho nên tôn giáo của Người đã từng bị chỉ trích là quá bi quan. Lời chỉ trích này sẽ có giá trị nếu như Đức Phật chấp nhận rằng sự khổ không thể tháo gỡ được; nhưng thực tế thì Người rất chắc chắn rằng sự khổ có thể giảm nhẹ, thậm chí là tận diệt. Đức Phật không hoài nghi rằng cuộc sống có thể có sung sướng, nhưng Người cho rằng sự sung sướng đó là hoàn toàn trên bề mặt. Phía dưới của ánh đèn Neon sáng loáng chỉ là bóng tối.

Từ ngữ "dukkha" mô tả một nỗi đau, ở một mức độ nào đó, làm méo mó tất cả những sự hiện hữu có giới hạn. Trong thời Đức Phật, từ ngữ này được ví như bánh xe mà trục bị

lệch tâm. Chiếc xe vì thế mà chuyển động rất khó khăn, chệch choạc. Bởi vậy, Chân lý thứ nhất có thể gói gọn rằng: cuộc sống mà chúng ta đang sống đây thực sự không có gì là vui thú, là đáng hân thưởng. Nó méo mó, xiêu vẹo.

Như một người bác sĩ y khoa, sau khi đã chẩn đoán và khẳng định rằng cuộc sống là khổ, Đức Phật trả lời thắc mắc tiếp theo là: cái gì gây ra "dukkha", cái gì dẫn đến đau khổ? Chân lý thứ hai chính là trả lời cho câu hỏi này.

Chân lý thứ hai: Tập Đế - *nguồn gốc sự khổ* (pi. *dukkha-samudaya-ariya-sacca*)

"Tập Đế" giải thích những nguyên do dẫn đến đau khổ. "Tập" ý là chiêu tập, có nghĩa là chiêu cảm tụ tập mà dẫn đến đau khổ. Nói cho rõ hơn, "Tập" có nghĩa là gom góp, tích nhặt những trải nghiệm đã qua của cuộc sống, biến chúng thành kinh nghiệm và ký ức, ngày một nhiều hơn, chồng chất với những thành kiến, ham muốn … để rồi cuối cùng trở thành nguyên nhân của mọi đau khổ, phiền não trên đời. Tỷ dụ như khi ta đã đạt một điều gì rồi, ta lại ham muốn một điều khác, và cứ thế lòng ham muốn đó ngày một gia tăng chồng chất, không bao giờ hết.

Theo Tập Đế, Phật Giáo cho rằng ái dục (tanhā) và vô minh (avidyā) là nguyên nhân gốc rễ của sự khổ. Trong các phần trên đây, chúng ta nhiều lần nhắc tới hai khái niệm "ái dục" và "vô minh" này. Ở đây chúng ta sẽ tìm hiểu kỹ xem hai khái niệm đó là gì. Tiếng Pali "tanhā" có thể dịch

là "ham muốn" hay "ái dục". Thuật ngữ "ái dục" được xem là sát nghĩa hơn, vì rằng "tanhā" hàm ý một loại ham muốn đặc biệt, ham muốn những thú vui dục vọng cá nhân. Còn "vô minh" được hiểu là ảo tưởng, không nhìn thấy được bản chất thực của đời sống. Chính xác thì "vô minh" hàm ý sự u mê căn bản che lấp không cho chúng ta nhìn thấy giới hạn của sự hiện hữu và xui khiến chúng ta cho là thật những gì không phải thật. Tâm trí của chúng ta vì bị vô minh làm cho ô nhiễm nên đã đánh tráo hiện thực bằng những sự cả tin sai lầm. Trong suốt cuốn sách này, thuật ngữ "ái dục" và "vô minh" được lặp đi lặp lại rất nhiều lần trong những ngữ cảnh khác nhau. Điều đó cho thấy Đức Phật rất nhấn mạnh đến hai khái niệm này và luôn giảng giải, chỉ dẫn để chúng sinh có thể thấu triệt bản chất rốt ráo của hai khái niệm đó.

Thánh Đế thứ hai giải thích rằng nguyên nhân của khổ đau không do bất cứ một thế lực bên ngoài nào, hoặc một số phận, một thần linh ác độc nào..., mà là do tự tâm của chúng ta. Nếu lần theo nguồn gốc của những thèm khát và ảo tưởng này, chúng ta sẽ tìm thấy chúng len lỏi trong lòng ham muốn không ngừng của bản năng tự nhiên, ham muốn để thỏa mãn nhu cầu ích kỷ của cá nhân trong sự mất mát, nếu cần thiết, của người khác; ham muốn thậm chí ngay cả khi phải hy sinh cuộc sống của chính mình. Điều này được gọi là "Tập Đế".

Đức Phật giải thích về thánh đế thứ hai như sau:

> *"Này các Tỳ kheo, đây là Thánh Đế về Nguồn gốc của sự khổ: ái dục, mong muốn tái sinh, cùng với dục lạc, truy cầu lạc thú chỗ này, chỗ kia; đó là ham muốn dục vọng, ham muốn tồn tại, ham muốn không tồn tại."*

Nói về vô minh, Đức Phật dạy:

> *"Chính là không biết rõ khổ, nguyên nhân của khổ, sự diệt khổ và con đường đưa đến diệt khổ, này các Tỳ kheo, đấy gọi là vô minh."*

Có thể nói "dukkha" được hiểu là loại "khổ đau đang được hình thành" (có nghĩa đi kèm theo sự sống), bắt nguồn từ tình trạng bất toại nguyện về sự hiện hữu và từ thái độ bám víu của ta vào một "cái tôi" không thực có. Ngay cả trong trường hợp mà mọi sự có vẻ như suôn sẻ thì khổ đau vẫn tiềm ẩn một cách kín đáo ở đâu đó. Thật vậy, Đức Phật đã vạch ra cho chúng ta thấy rằng nguyên nhân làm phát sinh ra khổ đau chính là ái dục, có nghĩa là sự khát khao ước mong được hiện hữu, được hưởng mọi lạc thú do các giác quan mang lại, hoặc ngược lại khi mà mọi sự không còn trôi chảy nữa thì lại mong muốn loại bỏ những gì làm phát sinh ra những cản trở. Ái dục là hậu quả phát sinh từ lòng tin vào một "cái tôi", nhưng "cái tôi" ấy trên thực tế lại chỉ là một thứ ảo giác phát sinh từ vô minh mà thôi. Giáo lý căn bản của Phật Giáo cho rằng khái niệm "tôi" mà chúng ta nói ra

đó không hề có ý nghĩa chân thật, rằng bản ngã chỉ là do tâm tưởng chúng ta hư cấu nên, và vì thế mà trong khi chạy theo cái bản ngã không thật đó, chúng ta đã đánh mất đi cái hạnh phúc chân thật để đổi lấy một điều hoàn toàn là hư tưởng.

Chân lý thứ ba: Diệt Đế - *chân lý về sự diệt khổ* (pi. *dukkha-nirodha-ariya-sacca*)

Chân lý thứ ba là bước tiếp theo logic từ Chân lý thứ hai - đó là "Diệt Đế". "Diệt" ý là tắt. Nếu như cội nguồn của đau khổ, của những trục trặc trong cuộc sống là do lòng ham muốn dục vọng cá nhân, thì cách chữa của nó nằm ở chữ "Diệt" này. Đó là sự chấm dứt và dứt bỏ mọi ham muốn, thoát ly, tách khỏi tâm ái dục, đạt tới những lý tưởng của cảnh giới tinh thần, giải thoát khỏi những phiền nhiêu của cuộc sống. Cảnh giới tinh thần như vậy được gọi là "Niết-bàn".

Đức Phật giải thích về thánh đế thứ ba như sau:

"Này các Tỳ kheo, đây là Thánh Đế về Diệt Khổ: đó là sự đoạn tận hoàn toàn ái dục, tiêu diệt nó, buông bỏ nó, xả bỏ nó, giải thoát khỏi nó, không chấp thủ nó."

Chân lý thứ tư: Đạo Đế - *con đường dẫn đến diệt khổ* (pi. *dukkha-nirodhagāmini-patipadā-ariya-sacca*)

Chân lý thứ tư là đơn thuốc để thực hiện chữ "Diệt". Đó là "Đạo", là con đường chuyển hóa, là cách thức tu tập tâm và thân để đạt đến hạnh phúc, an lạc, dẫn đến đạo quả Niết-bàn.

Đức Phật giải thích về thánh đế thứ tư như sau:

> *"Này các Tỳ kheo, đây là Đạo Đế (con đường dẫn đến chấm dứt sự khổ). Đó là Bát Chánh Đạo: Chánh Kiến, Chánh Tư Duy, Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp, Chánh Mạng, Chánh Tinh Tấn, Chánh Niệm, Chánh Định."*

Tứ Thánh Đế, có thể nói, hàm chứa toàn bộ Giáo lý Phật Giáo. Đức Thế Tôn đã lập lại rất nhiều lần trong các kinh của Nikàya và A Hàm rằng: "*Ta chỉ nói khổ và con đường diệt khổ*". Điều này có ý rằng toàn bộ giáo lý của Đức Phật đều được thu gọn trong Tứ Thánh Đế. Thế nên, có lần Tôn giả Xá-lợi-phất đã tuyên bố: "Tất cả các thiện pháp đều được bao hàm trong Tứ Thánh Đế".

BÁT CHÁNH ĐẠO (sa.*Aṣṭāṅgika-mārga*, pi.*Aṭṭhāṅgika-magga*)

Có thể nhận thấy rằng cách tiếp cận của Đức Phật với những luận đề của cuộc sống trong Tứ Thánh Đế là cách tiếp cận của một bác sĩ y khoa. Người bắt đầu với nhận xét về những triệu chứng của căn bệnh của cuộc sống con người: đó là chúng ta trải nghiệm cuộc sống với nhiều nỗi đau hơn niềm vui, nhiều phiền nhiễu và trục trặc hơn những giây phút yên bình. Từ nhận xét đó, Đức Phật tiếp tục chẩn đoán: cái gì gây ra những triệu chứng này? Câu trả lời của Người là ái dục và vô minh chính là động lực cho những tham muốn dục

vọng cá nhân. Cuối cùng, Đức Phật đoan chắc rằng chúng ta có thể tận diệt căn nguyên của những triệu chứng đó và "Bát Chánh Đạo" chính là đơn thuốc để thực hiện sự tận diệt. Vậy "Bát Chánh Đạo" là gì? Nó không phải là thuốc uống, cũng không phải là các phương pháp điều trị y khoa hiện đại, mà nó là phương pháp tu tập tâm và thân, là con đường chân chính để tự giải thoát và đạt đến an lạc trong cuộc sống. Thực hành "Bát Chánh Đạo" sẽ nâng con người đến một tầm cao mới, ở đó không còn chỗ cho những dị tật của tâm hồn. Đó là bờ bên kia, theo cách nói của Phật Giáo, là Niết-bàn.

Chánh Kiến *(sammā-ditthi)*

Chánh Kiến - hiểu biết chân chính - trong ý nghĩa rốt ráo, là nhận thức sự vật một cách chính xác, hiểu biết bản chất của đời sống. Cụ thể hơn nữa, đó là nhận biết đúng về bản chất của sự vật là vô thường[1], vô ngã[2], duyên sinh[3]; nhận thức rõ bản chất của khổ, nguyên nhân của khổ, sự diệt khổ và con đường đưa đến hết khổ.

Chánh Kiến nói nôm na có thể ví như tấm bản đồ cho chúng ta biết chính xác chúng ta đang ở đâu và chúng ta sẽ đi theo hướng nào trong cuộc hành trình sang đến bờ bên

---

[1] Vô thường: tất cả các sự vật đều không nhất thành bất biến mà đều thường xuyên thay đổi.

[2] Vô ngã: không có cái "tôi" bất biến nằm trong mỗi sự vật.

[3] Duyên sinh: hỗ trợ nhau mà sinh ra.

kia. Trong cuộc hành trình này, Tứ Thánh Đế và Bát Chánh Đạo chính là người hướng dẫn và liên quan rất hữu cơ mật thiết với nhau. Thánh Đế thứ tư trong Tứ Thánh Đế là Bát Chánh Đạo, và bước đầu tiên - Chánh Kiến - chính là nhận thức rõ nội dung căn bản của Tứ Thánh Đế, đó là bản chất của khổ, nguyên nhân của khổ, sự diệt khổ và con đường đưa đến hết khổ.

Chánh Kiến là quan trọng nhất vì hướng dẫn bảy chi còn lại của Bát Chánh Đạo. Chánh Kiến kiện toàn Chánh Tư Duy, làm cho suy tư được vững chãi và phối hợp các ý nghĩ. Khi những suy tư và ý nghĩ trở thành rõ ràng và nhiều thiện ý thì việc làm và lời nói cũng sẽ xuôi theo sự hướng dẫn ấy.

Chánh Tư Duy *(sammā-samkappa)*

Trong khi bước thứ nhất của Bát Chánh Đạo giúp chúng ta hiểu luận đề của đời sống là gì, thì bước thứ hai Chánh Tư Duy khuyên chúng ta thực sự phải làm gì. Chánh Tư Duy - suy tư chân chính - dẫn luồng suy nghĩ hướng về tâm cao thượng, bao gồm những tư tưởng buông xả, thiện ý, từ bi, ôn hòa. Những tư tưởng này phải được trau dồi và ban rải cùng khắp cả chúng sinh không phân biệt giòng dõi, chủng tộc, nam nữ và tín ngưỡng.

Chánh Ngữ *(sammā-vācā)*

Ba bước tiếp theo Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp, Chánh Mạng chính là ba bước tu tập nhằm cải thiện tính cách của chúng

ta. Bắt đầu là Chánh Ngữ - nói năng chân chính - nghĩa là không nói những lời dẫn đến đau khổ, chia rẽ, căm thù. Chỉ nói những lời lẽ dẫn đến xây dựng niềm tin, thương yêu hòa hợp, và mang đến lợi ích cho mọi người.

Đức Phật có dạy về 5 loại ngữ mà một người tu tập chánh ngữ cần thực hành: (1) Nói đúng lúc, không nói sai lúc; (2) Nói lời chân thật, không nói lời hư ngụy; (3) Nói lời nhu hòa, không nói lời thô bạo; (4) Nói điều lợi ích, không nói điều vô ích; (5) Nói lời xuất phát từ lòng từ, không nói lời xuất phát từ lòng sân.

Chánh Nghiệp *(sammā-kammanta)*

Chánh Nghiệp - hành động chân chính, nhằm tạo thiện nghiệp. Đức Phật có giảng về Ngũ Giới[1] là năm điều răn không được làm của hàng tu sĩ tại gia mà Phật tử xin phát nguyện thọ lãnh năm giới này. Đó là: không sát sinh, không trộm cắp, không tà dâm, không nói dối, không dùng chất gây nghiện.

Nghiệp (sa. *Karma*, pi. *Kamma*) là hành vi có tác ý. Một hành động hay hành vi xuất phát từ nhận thức và tư duy chân chính được gọi là chánh nghiệp. Ngược với chánh nghiệp là tà nghiệp. Nguồn gốc của mọi hành vi thuộc tà nghiệp đều dẫn khởi từ ba yếu tố: lòng tham lam (tham), sự sân hận (sân) và sự ái luyến si mê (si). Hành giả đã tẩy sạch tham sân

[1] Giới: hàng rào ngăn cấm những việc xấu của thân, khẩu, ý.

si và giữ tâm hoàn toàn thanh tịnh thì những xu hướng xấu sẽ không khởi phát lên được. Tâm thức do vậy trở nên thanh tịnh. Tâm thanh tịnh thì đời sống tinh thần cũng trong sạch. Chánh nghiệp do vậy cũng có nghĩa là giữ đời sống trong sạch, gương mẫu, chính trực.

Chánh Mạng *(sammā-ājiva)*

Chánh Mạng - sinh sống chân chính. Trong tự điển Pali, Ajìva có nghĩa là sự nuôi sống, sự sinh sống, hàm nghĩa các hoạt động lao động chân tay hay trí não để nuôi sống sinh mạng. Mọi hoạt động nghề nghiệp sinh nhai được hiểu là chân chính khi chúng không được thực hiện bằng sự xảo trá, lừa lọc, làm hại đến bản thân, gia đình, xã hội thí dụ như buôn bán độc dược, ma túy, vũ khí,... Luận Thanh Tịnh Đạo giải thích: "*Chánh Mạng có đặc tính là làm sạch. Nhiệm vụ của nó là đem lại sự phát sinh một nghề sinh nhai thích đáng. Nó được biểu hiện bằng sự từ bỏ tà mạng.*".

Chánh Tinh Tấn *(sammā-vāyamā)*

Chánh Tinh Tấn - nỗ lực chân chính - nghĩa là nỗ lực đoạn trừ điều ác, nỗ lực thực hành điều thiện. Tinh tấn (Vàyàma) là sự nỗ lực, siêng năng, cố gắng hết sức bằng tất cả nghị lực bản thân. Chánh Tinh Tấn là năng lực thúc đẩy tiến trình tu tập của một hành giả khi vị này quyết tâm cắt đứt mọi bất thiện pháp trong cuộc sống tự thân.

Chánh Tinh Tấn rất quan trọng. Theo Phật Giáo, chính sự cố gắng liên tục là yếu tố cần thiết để giải thoát chứ không

phải là nương nhờ vào ai khác. Bên trong mỗi người đều có một kho tàng đức hạnh cao thượng đồng thời cũng là một kho tật xấu đê hèn. Chánh Tinh Tấn là đè nén, tuyệt trừ tật xấu và cố gắng vun xới đắp bồi tính tốt. Tóm tắt, Chánh Tinh Tấn là cố gắng chú tâm kiểm soát thân, khẩu, ý.

Thái độ của Phật, đặt nặng trọng tâm vào Chánh Tinh Tấn, chỉ rõ rằng Phật Giáo không phải là một giáo huấn bi quan yếm thế mà ngược lại tràn đầy tinh thần chiến đấu của những người quyết tâm tìm đường đến giải thoát.

Chánh Niệm *(sammā-sati)*

Chánh Niệm - tập trung tư tưởng chân chính - nghĩa là đừng hướng mình vào các pháp bất thiện, đừng để cho các đối tượng bất chính dẫn dắt mình lang thang trong vòng u tối. An trú tâm ý vào thiện pháp. Trong tu tập Tứ Niệm Xứ, Chánh Niệm tức là giúp cho tâm thức tập trung vào: (1) Sinh hoạt của thân (niệm thân); (2) Thọ, hay cảm giác (niệm thọ); (3) Những trạng thái của tâm (niệm tâm); (4) Các đối tượng của tâm (niệm pháp).

Không ngừng chú niệm và luôn tỉnh thức là hai điều thiết yếu giúp ta tránh làm điều bất thiện và hướng tới làm điều thiện, nói cho rộng hơn nữa là tránh khỏi sự vô minh. Kinh Pháp Cú (Dhammapada) có trích lời Phật dạy rằng: "*Chúng ta là kết quả của những gì chúng ta đã nghĩ*". Đó là một lời răn dạy mang đầy tính triết học. Chúng ta chú niệm và thanh lọc chúng ta sẽ tìm thấy ánh sáng của an lạc, ngược lại nếu

chúng ta không chú niệm và thanh lọc thì chúng ta sẽ mãi mãi luẩn quẩn trong u tối. Trong các triết gia phương Tây, Baruch Spinoza (1632-1677) là người có tư tưởng gần nhất với cách suy nghĩ của Đức Phật về tiềm năng của tâm thức. Spinoza đã tóm lược triết lý của Đức Phật trong câu nói: "to understand something is to be delivered of it" (tạm dịch là "để hiểu một cái gì đó thì cần phải thoát được khỏi nó"). Cả hai nhà tư tưởng đều nhìn thấy rằng kẻ thù chính của đời sống là sự vô minh chứ không phải là tội lỗi.

Chánh Định *(sammā-samādhi)*

Chánh Định - giữ cho tâm trụ vào một điểm, ngay ngắn và không chao đảo, khống chế chính xác trạng thái tinh thần của chính mình. Tâm an trụ giống như một mặt kính phẳng sạch sẽ, phản ánh mọi vật trung thực, không méo mó. Chánh Định là yếu tố rất cần thiết giúp minh sát sự vật và thấy rõ bản chất của vạn pháp.

Trong những năm cuối đời, Đức Phật có kể cho các môn đệ về trải nghiệm đầu tiên về giải thoát của Ngài khi còn nhỏ trước khi rời bỏ vương quốc đi tìm đạo giải thoát. Lúc đó, trong khi ngồi dưới một cội cây táo và chìm sâu trong suy tư, Ngài chợt thấy mình như rơi vào, như đắm chìm trong trạng thái mà sau này Ngài gọi là cấp độ thứ nhất của "Định". Đó là sự nếm trải đầu tiên của Ngài về giải thoát và Ngài đã tự nhủ với chính mình rằng: "Đây là con đường dẫn đến giác ngộ". Chính sự khao khát trở lại và đào sâu trong trạng thái

này mà về sau Đức Phật quyết định dành suốt cả đời mình cho cuộc sống tinh thần. Và kết quả, như chúng ta thấy, Đạo Phật không đơn thuần chỉ là sự ra đời của một triết học mới. Đó là sự tái sinh: sự thay đổi từ một Tất-đạt-đa - hoàng tử sang Đức Phật - người tỉnh thức chính là sự chuyển hóa sang một con người hoàn toàn khác, trải nghiệm cuộc sống theo một cách khác, hoàn toàn mới mẻ.

Ba nhóm Giới, Định, Tuệ

Theo nhóm, tám chi của Bát Chánh Đạo có thể sắp xếp thành ba nhóm Giới, Định và Tuệ như sau:

- Nhóm Giới (sīla): gồm Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp và Chánh Mạng.
- Nhóm Định (samādhi): gồm Chánh Tinh Tấn, Chánh Niệm và Chánh Định.
- Nhóm Tuệ (panna): gồm Chánh Kiến và Chánh Tư Duy.

Giới - giới luật mà Đức Phật ban truyền - có rất nhiều loại và rộng rãi mênh mông, nhưng chức năng của Giới trong Phật Giáo chỉ có một: kiểm soát lời nói và việc làm, nói cách khác là thanh lọc khẩu và thân. Tất cả Giới ban hành trong Phật Giáo đều hướng đến mục tiêu là phẩm hạnh thanh cao. Tuy nhiên, tự chính nó, Giới đức không phải là mục tiêu mà là phương tiện nhằm đưa đến Định, rồi Định là phương tiện đưa đến trí tuệ thực sự Tuệ và giải thoát Tâm, mục tiêu tột cùng của giáo huấn.

Giới là giai đoạn sơ cấp nhất, nhằm ước thúc đối với hành vi của người tu hành. Đó là những yêu cầu đối với các tín đồ Phật Giáo phải dựa theo những giới luật của Phật Giáo khi hành xử. Mục đích của Giới chỉ là khắc chế trong hành động chứ không giải quyết trong nội tâm, vì thế chúng ta nói Giới là giai đoạn sơ cấp nhất. Định là giai đoạn cao hơn, yêu cầu người tu hành không chỉ dựa vào giới luật để ước thúc hành vi của mình mà còn phải chủ động ước thúc trạng thái tinh thần của chính mình. Đó mới là bản ý chân thực của việc tu hành. Tuệ là giai đoạn cao nhất, đó là cảnh giới thâm sâu nhất của tu hành. Ở cảnh giới này, thông qua tu tập người tu hành đã nhận thức được bản chất của thế giới, đạt tới cảnh giới thoát ly sinh tử luân hồi, cũng chính là bước mấu chốt để thành Phật.

NGŨ UẨN (sa. *pañca-skandha,* pi. *pañca-khandha*)

"Sự khổ (dukkha) là gì?
Đó là Ngũ Thủ Uẩn."

Như đã đề cập trong phần trên, toàn bộ giáo lý Phật Giáo đều được thu gọn vào Tứ Thánh Đế. Trong các kinh của Nikàya và A Hàm, Đức Phật đã lập lại rất nhiều lần rằng: "*Ta chỉ nói khổ và con đường diệt khổ*". Từ chương này trở đi, chúng ta sẽ đi sâu vào tìm hiểu, dưới ánh sáng của Tâm lý học Phật Giáo, xem sự khổ thực ra bắt đầu từ đâu, tiến trình

tâm lý của con người trong quá trình phát khởi của sự khổ là như thế nào, và cuối cùng là làm sao để dập tắt sự khổ. Chúng ta sẽ bắt đầu với khái niệm gọi là "*Ngũ Uẩn*".

Đức Phật dạy: *"Sự khổ (dukkha) là gì? Đó là Ngũ Thủ Uẩn"*. Vậy thì Ngũ Uẩn là gì? Ngũ Thủ Uẩn là gì? Tại sao sự khổ lại từ nơi Ngũ Thủ Uẩn?

Theo Đạo Phật, những nỗi khổ đau của con người đều xuất phát từ sự thiếu hiểu biết, thiếu trí huệ. Vô minh thường được coi là nỗi bất hạnh lớn nhất của chúng sinh.

Đức Phật dạy:

> *"Này các Tỳ kheo, tất cả những nỗi sợ hãi, thất vọng, vấp ngã và tai nạn đều do ngu si mà sinh khởi. Tất cả những điều ấy không sinh khởi nơi người có trí tuệ, cũng như ngọn lửa bùng cháy từ bụi lau, bụi cỏ làm cháy luôn cả nhà cửa, lầu gác và cung điện. Cũng vậy, ngọn lửa ngu si bùng lên làm cho những nỗi sợ hãi, thất vọng, vấp ngã và tai nạn có mặt." (Kinh Đa Giới, Trung Bộ Kinh III)*

Đức Phật khuyên dạy mọi người hãy trở thành kẻ hiền trí bằng cách suy tư quán chiếu để nhận chân được bản chất của nhân sinh và vũ trụ, qua đó dập tắt ngọn lửa ngu si, thành tựu trí huệ và đoạn diệt khổ đau. Trong ngôn ngữ của Phật Giáo, từ ngữ "quán chiếu" không khác mấy đối với sự tập trung, nhưng "quán chiếu" nhấn mạnh vào sự chú tâm của hành giả

ở mức độ cao nhất, kiên trì và chặt chẽ. Do đó, từ ngữ "quán chiếu" hàm ý sự phát triển toàn diện của sự tập trung. Quán chiếu mở lối cho trí tuệ trực giác và nhiều năng lực siêu nhiên khác mà người ta thường gọi là những năng lực huyền bí. Đối tượng mà chúng ta cần suy tư và quán chiếu chính là đời sống của chính ta: con người và thế giới mà chúng ta đang sống. Nhưng con người và thế giới này quá bao la, đối tượng của tư duy là vô tận, vậy phải tư duy theo hướng nào? Để giải quyết vấn đề này, Đạo Phật đã phân tích, hệ thống hóa những cái tưởng như phức tạp ấy thành những phạm trù, những lĩnh vực có thể nắm bắt được, đó là *Uẩn, Xứ, Giới* - tức là 5 uẩn (Ngũ Uẩn), 12 xứ, 18 giới. Sự biết rõ về Uẩn, Xứ, Giới nghĩa là biết rõ về bản chất của thế giới hiện tượng bao gồm con người và thế giới mà con người đang sống.

Chương này sẽ trình bày khái quát riêng về *Ngũ Uẩn*. Đề tài Ngũ Uẩn được đề cập đến ở nhiều nơi trong kinh tạng và luận tạng, thuộc truyền thống Nguyên Thủy cũng như Đại Thừa. Lý thuyết Ngũ Uẩn cho thấy một lối nhìn khác về con người và thế giới theo quan niệm của Phật Giáo. Điểm đặc biệt của phân tích Ngũ Uẩn là chú trọng về con người và nhấn mạnh phần tâm lý hơn phần vật lý. Qua Ngũ Uẩn, chúng ta sẽ tìm hiểu xem chúng sinh được nhìn nhận như thế nào trong con mắt của Phật Giáo: chúng sinh là gì, chúng sinh được cấu thành như thế nào, chúng sinh tiếp xúc với thế giới xung quanh như thế nào và đau khổ từ đâu mà có?

Lục Căn: nơi chúng sinh tiếp xúc với thế giới xung quanh

Trong Phật Pháp, "căn" được dùng để chỉ các giác quan của cơ thể. Chúng ta ai cũng biết năm giác quan thông thường như "*nhãn*" (mắt), "*nhĩ*" (tai), "*tỷ*" (mũi), "*thiệt*" (lưỡi), "*thân*" (xúc). Với năm căn này, ta có thể nhận biết thế giới những hình sắc, âm thanh, mùi, vị và những vật tiếp xúc. Tuy nhiên, những căn này chỉ là phần "thấy được" của thế giới, không phải là tất cả. Vậy còn phần thế giới "vô hình" của những ý niệm và tư tưởng thì sao? Chúng cũng là một phần của thế giới vũ trụ, nhưng chúng lại không thể nhận biết được bằng các căn năng như mắt, tai, mũi, lưỡi hay thân. Theo triết học Phật Giáo, một căn năng khác, căn năng thứ sáu, gọi là "ý" căn, giúp con người cảm nhận được phần thế giới của những ý niệm và tư tưởng này. Thực chất, những ý niệm và tư tưởng này cũng không khác biệt với thế giới của năm căn mắt, tai, mũi, lưỡi, thân. Tất cả sáu căn có một điểm chung là đều được phát sinh và giới hạn bởi những kinh nghiệm vật lý của cơ thể chúng sinh. Do vậy, "ý" cũng được xem là một giác quan (căn) như mắt hay tai vậy.

Sáu căn năng kể trên: *mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý* được gọi là "*Lục Căn*", là sáu căn nội giới ở bên trong cơ thể. Tương ứng với sáu căn nội giới ở bên trong cơ thể là sáu đối tượng ngoại giới ở bên ngoài cơ thể gọi là "*Lục Trần*" *(sắc, thính, hương, vị, xúc, pháp)*, nói nôm na đó là: *hình sắc, âm thanh, mùi, vị, những vật tiếp xúc, ý niệm và tư tưởng*. Sáu đối tượng ngoại giới này chính là thức ăn cho sáu căn nội

giới: mắt tiếp xúc với hình ảnh, tai tiếp xúc với âm thanh, mũi tiếp xúc với mùi, lưỡi tiếp xúc với vị, thân tiếp xúc với những vật tiếp xúc và ý tiếp xúc với ý niệm và tư tưởng.

Sáu căn năng nội giới (Lục Căn) và sáu đối tượng ngoại giới tương ứng (Lục Trần) là nơi mà chúng sinh tiếp xúc với thế giới xung quanh, cả về vật chất và tâm linh. Chính những tiếp xúc này là điểm phát khởi của tâm thức và cũng là điểm bắt đầu trong hành trình dẫn đến khổ đau của con người.

Ngũ Uẩn: *chúng sinh là gì?*

Theo triết học Phật Giáo, cái gọi là "bản ngã", "cá thể", hay "tôi", chỉ là một sự phối hợp tâm-vật lý của những thành phần vật chất và tâm linh, gọi tắt là *Tâm* và *Thân* hay *Danh (Nàma)* và *Sắc (Rùpa)*. Ngoài cái gọi là Tâm và Thân này, hoàn toàn không có gì khác, không có gì gọi là linh hồn hay cái ngã bất tử đằng sau nó.

*Sắc (*hay *Thân)* chỉ phần vật chất (hữu hình) của con người, là uẩn đầu tiên trong Ngũ Uẩn. Có tất cả 28 loại sắc cấu tạo nên thân vật lý của mỗi chúng sinh.

*Danh (*hay *Tâm)* chỉ phần tâm linh (vô hình) và là phần quan trọng nhất của mỗi chúng sinh, nó bao gồm bốn uẩn còn lại là: Thọ (Vedanà), Tưởng (Sanna), Hành (Sankhàra), Thức (Vinnàna).

Bởi vì có "Sắc" nên năm giác quan mắt, tai, mũi, lưỡi, thân mới hiện hữu. Và bởi vì có "Danh" nên ý căn mới hình thành.

Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức gộp chung thành cái mà Phật Giáo gọi là "*Ngũ Uẩn*" cấu thành nên mỗi chúng sinh. Chữ "Uẩn" dịch âm từ tiếng Phạn, nghĩa là nhóm, tích tụ hoặc hòa hợp. Phật Giáo cho rằng vạn vật trên thế gian đều do năm uẩn này hợp lại mà thành.

Vậy thì nội dung của mỗi uẩn là gì? Thường thường trong các sách Phật Giáo, Ngũ Uẩn được trình bày theo thứ tự Sắc → Thọ → Tưởng → Hành → Thức. Theo ý kiến chúng tôi, để đảm bảo tính logic của vấn đề, chúng tôi sẽ giới thiệu Ngũ Uẩn theo thứ tự của chuỗi liên kết Sắc → Thức → Tưởng → Thọ → Hành như sau.

Sắc Uẩn (Rùpa-khandha): "Sắc" là chỉ vật chất. Sắc Uẩn chỉ sự tập hợp của tất cả vật chất tồn tại khách quan có hình tướng, có đặc tính, tương đương với các hiện tượng vật chất mà mọi người thường nói đến hiện nay. Vật chất ở đây bao gồm bốn yếu tố chính gọi là *Tứ Đại*: *Rắn* (pathavi), *Lỏng* (apo), *Nóng* (tejo) và *Di Chuyển* (vāyo). Tứ Đại không giản dị là đất, nước, lửa và gió như ta hiểu thông thường. Trong Vi Diệu Pháp, "pathavi" hay thể cứng là nguyên tố có đặc trưng là choán chỗ trong không gian, ở đây "pathavi" chỉ phần xương thịt của con người; "apo" hay thể lỏng là nguyên tố có đặc tính dính liền chỉ phần máu huyết của cơ thể con người; "tejo" là nguyên tố có đặc tính nóng hay nhiệt độ chỉ sức ấm của cơ thể con người; và "vāyo" là nguyên tố có đặc tính di động hay sự di chuyển chỉ hơi thở của cơ thể con người.

Cách đây không lâu, khoa học chủ trương rằng đơn vị vật chất nhỏ nhất và bất khả phân tán là nguyên tử. Nhưng trong những năm gần đây các nhà khoa học đã khám phá ra rằng nguyên tử còn có thể phân chia ra thành những thành phần nhỏ hơn nữa là proton, neutron và electron (gọi là các "hạt hạ nguyên tử"). Ở Ấn Độ, vào thời Đức Phật, danh từ "paramānu" tương đương với danh từ nguyên tử ngày nay. Một hạt bụi rất nhỏ mà ta thấy đang nhởn nhơ trong làn ánh sáng được gọi là ratharenu. Một ratharenu chia làm 36 tajjāris. Một tajjāris chia làm 36 anu, và một anu chia làm 36 paramānu. Như vậy, một paramānu là 1/46.656 của một hạt bụi. Với nhãn quan siêu thế, Đức Phật đã phân chia paramānu ra làm những thực thể tột cùng của vật chất không thể phân chia nhỏ hơn nữa gọi là paramatthas. Những thực thể tột cùng paramatthas ấy chính là nguyên tố đất (pathavi), nguyên tố nước (apo), nguyên tố lửa (tejo) và nguyên tố gió (vāyo).

Vì thân thể là Sắc Uẩn, cho nên chúng không phải là một thực thể độc lập mà là một hợp thể vật chất biến động và mâu thuẫn. Thân thể muốn tồn tại phải nương vào các yếu tố sắc ngoài thân thể như mặt trời, sông núi, đất đai, không khí... Quan điểm của Phật Giáo về thân thể vật lý là dựa trên cơ sở lý duyên sinh, nghĩa là trình bày rõ về mối tương quan bất khả phân ly giữa con người với vũ trụ thiên nhiên gồm môi trường và hoàn cảnh... Đó là cái nhìn về con người một cách toàn diện.

Bản chất của Sắc Uẩn là vô thường, vô ngã và chuyển động bất tận theo lý duyên sinh. Vì vậy, bản chất của chúng là "Không". Sự bám chấp, ham muốn thân thể (Sắc Uẩn), hoặc bất cứ một đối tượng vật lý, sinh lý nào cũng đều tiềm ẩn nguy cơ đau khổ. Như trong kinh Phật đã dạy, "*Ai cho rằng Sắc Uẩn là ta, là của ta, là tự ngã của ta thì chắc chắn chỉ gặt hái đau khổ và thất vọng.*"

Thức Uẩn (Vinnãna-khandha): là uẩn quan trọng nhất trong Ngũ Uẩn cấu thành chúng sinh. "Thức" chỉ nhận thức lý tính của con người đối với đối tượng bên ngoài. Chức năng của Thức là "*hay biết*" đối tượng. Mắt con người có thể tiếp xúc với một hình thể, mũi có thể ngửi, song nếu không có Thức thì chúng ta không thể hay biết được đối tượng. Mỗi Căn - giác quan (nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, ý) khi tiếp xúc với một đối tượng ngoại giới tương ứng, tức Lục Trần (sắc, thính, hương, vị, xúc, pháp) sẽ làm phát sinh một loại Thức. Như nhãn khi tiếp xúc với hình sắc làm phát sinh Nhãn Thức, nhĩ tiếp xúc với âm thanh làm phát sinh Nhĩ Thức v.v... Thức không nhận ra đối tượng ấy là gì, là cái gì, màu gì... (đó là chức năng của tri giác - Tưởng - sẽ bàn đến sau đây); Thức chỉ hay biết sự hiện diện của đối tượng giống như tấm gương phản chiếu tất cả những hình ảnh đi ngang qua nó. Thí dụ như khi ta nhìn thấy một trái xoài chín nhờ sự tiếp xúc của mắt (nhãn căn) và trái xoài (nhãn trần), hình ảnh của trái xoài chín hiện ra trong não bộ của ta, đó là kết quả của Thức. Ở thời điểm này, chúng ta vẫn chưa biết đó là

trái xoài, chỉ có hình ảnh của trái xoài hiện ra trong não bộ của ta mà thôi.

Có thể nói Thức là nền tảng của các hiện tượng tâm lý, vì vậy Thức còn gọi là yếu tố căn bản của tâm lý, dung chứa các trạng thái tâm lý và là căn cứ để các trạng thái tâm lý phát khởi.

Tưởng Uẩn (Sãnnã-khandha): là thành phần của "*tri giác"* trong Tâm lý học Phật Giáo, có khả năng "*nhận biết*" hay "*nhận thức*" đối tượng, bao gồm cả đối tượng vật lý và đối tượng tâm linh. Tưởng Uẩn giúp con người nhận biết những dấu hiệu đặc thù của một đối tượng ngoại giới từ những gì đã cảm nhận được bởi Thức và phân biệt nó với các đối tượng khác.

Tưởng Uẩn là khả năng kinh nghiệm của sáu giác quan và sáu đối tượng của giác quan. Sự nhận biết đối tượng có hai loại: một là nhận biết đối tượng bên ngoài như mắt thấy màu sắc nhận biết đó là đóa hoa, tai nghe âm thanh nhận ra một bản nhạc...; hai là khả năng nhận biết đối tượng bên trong, tức là các đối tượng tâm lý như những khái niệm, ký ức... Như vậy, Tưởng Uẩn là cái thấy, cái biết của mình về con người, hoặc sự việc hay tâm ý. Những cái thấy, cái biết này được lưu giữ trong tiềm thức từ những lần tiếp xúc ban đầu và giúp con người tạo nên trí nhớ.

Có sự giống nhau tế nhị giữa "hay biết" (vijānana), vốn là chức năng của Thức, và "nhận biết" (samjānana), chức

năng của tri giác (Tưởng). Trong khi Thức "hay biết" một vật, thì Tưởng "nhận ra" những những dấu hiệu đặc thù của vật ấy và phân biệt nó với các vật khác. Dấu hiệu phân biệt này được lưu giữ trong tiềm thức và giúp ta nhận lại vật đó trong những lần tiếp xúc sau này. Có thể nói Tưởng là uẩn dẫn đến trí nhớ là vậy. Như trong thí dụ ở trên, khi ta nhìn thấy một trái xoài chín thì biết đây là trái xoài chín (chứ không phải là một vật gì khác) vì cái kinh nghiệm hay trí nhớ về trái xoài chín đã nằm sẵn trong tiềm thức của ta từ trước. Tưởng chỉ giúp ta nhận ra trái xoài chín nhưng không biết trái xoài đó có ăn được hay không. Vậy thôi. Đó chính là kết quả của Tưởng, cái tri giác của ta. Ở thời điểm này, chưa có cảm xúc nào phát khởi! Tri giác chỉ thuần túy là sự đánh giá, nhận biết, không liên quan đến bất kỳ cảm xúc nào cả.

Do vì sự vật luôn không ngừng biến động, cho nên đối tượng mà ta nhận biết trong thời điểm hiện tại lại rất khác cái kinh nghiệm mà ta có về đối tượng đó trong quá khứ. Nói cách khác, Tưởng Uẩn thường phỉnh gạt ta và chừng nào ta không nhận thấy được bản chất thực sự của sự vật thì nhãn quan của chúng ta luôn bị che lấp. Do những thành kiến sẵn có, luyến ái hay ưu phiền, thương yêu hay ghét bỏ, ta không thấy được những giác quan (Lục Căn) và những đối tượng ngoại giới của giác quan (Lục Trần) theo đúng bản chất khách quan của nó. Chúng ta vì thế luôn chạy theo những hình ảnh tưởng tượng và ảo giác. Chỉ có Chánh Kiến mới giúp ta loại trừ những ảo giác ấy và nhận ra bản chất

thực sự của sự vật. Lúc đó ta mới nhìn thấy sự vật đúng như là vậy chứ không phải hình như sự vật là vậy.

Thọ Uẩn (Vedanà-khandha) là thành phần "*cảm giác*" về thân thể phát khởi dựa trên cái tri giác (Tưởng) đã xảy ra trước đó. Thọ là một cảm giác khách quan, có ý thức nhưng không có sự hiểu biết về đối tượng.

Thọ có ba loại: thọ lạc, thọ khổ và thọ vô kí (trung lập, không lạc, không khổ). Thấy một hình thể, nghe một âm thanh, ngửi một mùi, nếm một vị, sờ chạm một vật, nghĩ đến một ý tưởng, con người kinh nghiệm một loại thọ. Cùng một đối tượng, chúng sinh có thể kinh nghiệm những loại thọ khác nhau: người này cảm thấy thọ lạc, người kia lại thấy thọ khổ, người khác thọ vô kí…

Thọ khổ là một loại cảm giác khó chịu khi ta tiếp xúc với một đối tượng không thích ý, nó kèm theo một chuỗi tâm lý khó chịu, bất an... Ngược lại, thọ lạc là một loại cảm giác dễ chịu, thoải mái khi ta tiếp xúc với một đối tượng thích ý, nó tạo cho ta niềm vui và sự phấn khởi. Thọ vô kí trung tính không khổ không vui, nó không tạo cho ta cảm giác khó chịu hay dễ chịu, cũng không tạo ra một lực hút hay lực đẩy nào. Trong thí dụ về trái xoài chín ở trên, sau khi cái Tưởng cho ta nhận biết một trái xoài chín, lập tức ta sẽ cảm giác một loại thọ lạc nổi lên: ta sẽ có cảm giác dễ chịu, nước bọt tiết ra… Đó là kết quả của Thọ.

Thọ là một năng lực có thể nâng đỡ mà cũng có thể hủy hoại đời sống. Hạnh phúc vui vẻ thì có tác dụng nâng đỡ.

Đau khổ khó chịu thì gây trở ngại. Thọ do vậy có vai trò rất quan trọng trong đời sống tâm linh của con người.

Hành Uẩn (Samkhàra-khandha) là nhóm thành phần các "*hành động có chủ ý*" gọi là "*tác ý*" bao gồm tất cả những hành động thiện và bất thiện biểu hiện qua thân, khẩu và ý. Đây là những hiện tượng tâm lý hay cảm xúc mà tâm thức phát khởi lên dựa theo sự kích động của cảm giác (Thọ) đã xảy ra trước đó. Nếu bị kích động bởi thọ lạc, những hiện tượng tâm lý này sẽ mang tính cách tích cực, ví dụ như vui vẻ, hãnh diện, hả hê, mong mỏi, thèm khát v.v… Nếu bị kích động bởi thọ khổ, chúng sẽ mang tính cách tiêu cực, ví dụ như tức giận, buồn rầu, chán nản, lo âu v.v… Trong thí dụ trái xoài chín ở trên, sự thèm khát được ăn trái xoài chính là Hành, nó phát khởi lên do bị kích động bởi những cảm giác thọ lạc (trong người dễ chịu, nước bọt tiết ra) đã xảy ra trước đó.

Theo Vi Diệu Pháp, Hành là danh từ gọi chung cho 50 trong 52 tâm sở[1]. Hai tâm sở kia là Thọ và Tưởng. Trong 50 tâm sở này, có tâm sở "tác ý" (cetana) là quan trọng hơn hết (chúng ta sẽ tìm hiểu thêm về khái niệm tâm sở trong chương VI: Bàn về Duy thức học). Về phương diện tâm lý, cetana - tác ý - là tâm sở phối hợp các tâm sở đồng phát sinh với nó trên đối tượng của tâm. Về phương diện đạo đức, nó quyết định hậu quả dĩ nhiên phải đến. Nói chính xác hơn,

---

[1] Tâm sở: trạng thái của tâm.

cetana là cái tạo nghiệp. Hãy xem xét thí dụ sau để hiểu được thế nào là "tác ý". Một em bé cầm súng cao su bắn một trái xoài. Viên đạn bay lệch, không trúng vào trái xoài mà trúng con chim đậu bên cạnh. Chim chết. Nhưng em bé không tạo nghiệp sát sinh vì hành động của em không có tác ý.

Đến đây chúng ta có thể mường tượng sự vận hành của tâm trong thí dụ trái xoài chín ở trên như sau:

- Trước hết Lục Căn cho phép chúng ta "tiếp xúc" đối tượng: nhìn thấy trái xoài chín;
- Tiếp theo Thức cho phép chúng ta "hay biết" đối tượng: hình ảnh trái xoài chín hiện ra trong não bộ;
- Sau đó Tưởng cho phép chúng ta "nhận biết" đối tượng: nhận ra đó là trái xoài chín (chứ không phải là cái gì khác);
- Thọ mang lại cho chúng ta cảm giác về đối tượng: dễ chịu, nước bọt tiết ra (thọ lạc);
- Cuối cùng Hành khiến chúng ta thèm muốn được ăn trái xoài.

Tóm lại, cơ thể mỗi chúng sinh chỉ là một sự phối hợp tâm-vật lý của năm nhóm thành phần vật chất và tâm linh: Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức. Sắc Uẩn (hay Thân) chỉ phần cơ thể vật chất của con người; Thọ Uẩn là yếu tố cảm giác; Tưởng Uẩn là yếu tố tri giác, là sự nhận biết đối tượng giác quan hay tâm lý; Hành Uẩn chỉ hành động có chủ ý dẫn tới

tạo nghiệp; Thức Uẩn là yếu tố nhận thức, phát hiện sự có mặt của đối tượng. Thức làm nền tảng cho Thọ, Tưởng và Hành.

Trong năm nhóm thành phần này, mỗi nhóm là một tập hợp của các yếu tố. Các nhóm đều nương tựa vào nhau mà tồn tại, nhóm này có trong nhóm kia, như trong Sắc có Thọ, trong Thọ có Sắc... Một cảm giác khổ sở (thọ) bao gồm luôn cả thân thể (sắc), tri giác (tưởng), hành và thức. Có thể nói Ngũ Uẩn là các khía cạnh khác nhau của một thể thống nhất là con người. Thể thống nhất ấy mới nhìn qua tưởng như độc lập, bất biến và được điều khiển bởi một chủ thể, nhưng thật ra chúng chỉ là một hợp thể vô ngã, vô thường và tạm bợ. Đó là bản chất thực của năm uẩn, cũng là bản chất thực của mọi chúng sinh.

Ngũ Thủ Uẩn (Năm Thủ Uẩn)

Nói về sự liên quan giữa sự khổ (Dukkha) và Ngũ Uẩn, Đức Phật dạy rằng: *"Sự khổ là gì? Đó là Ngũ Thủ Uẩn"*. Vậy thì "Ngũ Thủ Uẩn" là gì? "Ngũ Thủ Uẩn" khác gì "Ngũ Uẩn"? Trong kinh tạng Nikàya và A Hàm, danh từ "Ngũ Thủ Uẩn" (Pãnca upàdana khandha) được dùng khi Ngũ Uẩn là đối tượng của sự bám chấp, của tâm ái dục. Đức Thế Tôn, một lần ở thành Xá-vệ (Sàvatthi), đã cắt nghĩa phân biệt giữa từ "Ngũ Uẩn" và từ "Ngũ Thủ Uẩn" rằng:

> *"Này các Tỳ kheo, phàm có Sắc gì quá khứ, vị lai, hiện tại, thuộc nội hay ngoại, thô hay tế, liệt hay thắng, xa hay gần, đây gọi là Sắc Uẩn." (Kinh Tương Ưng III)*
>
> (Tương tự đối với thọ, tưởng, hành và thức).

> *"Này các Tỳ kheo, phàm có Sắc gì quá khứ, vị lai, hiện tại... được chấp thủ gọi là Sắc Thủ Uẩn." (Kinh Tương Ưng III)*
>
> (Tương tự đối với thọ, tưởng, hành và thức).

Nói cách khác, bản thân Ngũ Uẩn (sắc, thọ, tưởng, hành, thức) không gây nên đau khổ. Nhưng một khi có ái dục thì sẽ có bám chấp, có níu kéo, và đến khi đó đau khổ chắc chắn sẽ phát sinh. Khi ta gắn bó với sự vật, chỉ trong khoảnh khắc, ngay lập tức, cuộc sống ảo tưởng sẽ bắt đầu. Và đau khổ cũng bắt đầu.

TÓM TẮT

Lý thuyết Ngũ Uẩn xem con người là hợp thể của yếu tố sinh lý, vật lý, tâm lý để làm nổi bật tính vô ngã, biến động, bất an và duyên sinh của con người và vũ trụ. Trên cơ sở phân tích đó, việc quán chiếu Ngũ Uẩn sẽ đem đến trí tuệ và giải thoát khổ đau. Đức Phật dạy: "*Ai không bám chấp, không tham luyến, không suy tưởng, không hoan hỷ về sắc, thọ, tưởng, hành, thức... người ấy giải thoát khỏi ác ma*" (Kinh Tương Ưng III). Như vậy, vấn đề không phải là sự hiện hữu của Ngũ Uẩn mà chính là sự có mặt của bám chấp và tham luyến Ngũ Uẩn. Con người có thói quen tư duy về bản thân mình, về cái tồn tại, cái chủ động đằng sau cái biến động, nên mọi sự rắc rối từ đó mà sinh ra. Mặt khác, chúng

ta thường bị dính mắc, bị cột chặt vào một cái gì đó như là thân thể hay tình cảm, tư tưởng... và nếu cái ấy bị mất mát, bị lấy đi, tâm tư chúng ta sẽ như bị trượt ngã và trống rỗng. Đức Phật dạy: "*Người ngu thường nghĩ rằng thân này là chính ta, ta có cái thân này, thân này ở trong tự ngã hoặc có tự ngã ở trong thân... Cái khổ này là chính ta, ta có nỗi khổ này, nỗi khổ này ở trong ta, ta đang ở trong cái khổ...*" Do vậy, khi sắc thân, cảm thọ... thay đổi, con người cũng thay đổi theo, dẫn đến sợ hãi và phiền muộn.

Tất cả những khổ đau vừa nêu trên có mặt là do sự có mặt của ý niệm "ta là…": ta là sắc, là thọ, là tưởng, là hành, là thức. Bất cứ lúc nào và ở đâu mà ý niệm "ta là…" có mặt thì ham muốn có mặt. Ở đâu mà ý niệm "ta là…" hay ái dục có mặt thì ở đấy có mặt của đau khổ, của sinh tử bất tận. Do vậy mà có lời dạy: *"Sự khổ là gì? Đó là Ngũ Thủ Uẩn*".

TÂM VÀ TIẾN TRÌNH CỦA TÂM

Tiến trình của Tâm được giải thích trong thí dụ trái xoài chín trong phần trước chỉ là một cách nhìn rất thô sơ về sự vận hành của Ngũ Uẩn nói chung và của Tâm nói riêng. Vi Diệu Pháp giải thích rất vi tế và thâm sâu sự vận hành này của dòng tâm thức, đồng thời ghi lại theo phương pháp phân tích bằng cách nào chủ thể và tâm thức tiếp nhận các đối tượng từ bên ngoài và bên trong nó.

Phật Giáo chủ trương rằng mỗi chúng sinh là sự kết hợp của hai thành phần tâm linh và vật chất, gọi là Tâm và Thân,

hay Danh và Sắc (nama-rupa), và hai thành phần này ở trong trạng thái luôn luôn biến đổi.

Thân (Sắc), phần cơ thể vật chất của con người, tạo nên từ bốn yếu tố chính (*Tứ Đại*) gồm *Rắn* (pathavi), *Lỏng* (apo), *Nóng* (tejo), và *Di Chuyển* (vāyo). Bốn yếu tố chính này là những đơn vị căn bản của vật chất. Theo Phật Giáo, vật chất luôn luôn trong trạng thái biến đổi, luôn luôn trôi chảy.

Tâm (Danh), theo Vi Diệu Pháp, là thành phần quan trọng nhất trong bộ máy phức tạp của con người. Hai thuật ngữ "Tâm" (pi. *Citta*) và "Thức" (pi. *Vinnàna*) có cùng một nghĩa là chỉ phần tinh thần trong mỗi chúng sinh, đều hàm ý sự nhận biết một đối tượng. Thuật ngữ "Tâm" được dùng trong ngữ cảnh khi chúng ta nói về hai thành phần vật chất và tinh thần (Tâm-Thân hay Danh-Sắc) cấu tạo nên mỗi chúng sinh. Trong những ngữ cảnh khi chúng ta nói về Ngũ Uẩn thì thuật ngữ "Thức" được dùng thay cho "Tâm".

Theo Vi Diệu Pháp, Tâm gồm có 52 trạng thái tâm, hay tâm sở, luôn luôn biến đổi. Thọ (vedanà), hay cảm giác, là một tâm sở. Tưởng (sãnnã), hay tri giác, lại là một tâm sở khác. 50 tâm sở còn lại gọi chung là Hành (samkhara), hay là những sinh hoạt có tác ý của tâm. Trong 52 tâm sở, tác ý (cetana) hay "ý muốn làm" là quan trọng nhất.

Theo triết học Phật Giáo, không có một khoảnh khắc nào mà Tâm ở trong trạng thái trống rỗng. Không lúc nào Tâm lại không đeo níu một đối tượng, vật chất hay tinh thần. Nói cách khác, Tâm luôn luôn có đối tượng. Đối tượng của Tâm

có thể là vật chất như tiếng động, hình sắc hay tinh thần như một tư tưởng, ý niệm. Thời gian tồn tại của một loại Tâm như vậy gọi là một "*chập tư tưởng*". Mỗi chập tư tưởng phát sinh rồi hoại diệt và, trước khi diệt, tạo điều kiện cho chập tư tưởng kế tiếp phát sinh. Sự tồn tại của một chập tư tưởng như vậy nhanh đến độ giác quan của con người khó có thể ý thức được. Những nhà chú giải ghi nhận rằng trong thời gian một nhoáng chớp, có hàng ngàn hàng vạn chập tư tưởng phát sinh và hoại diệt.

Mỗi chập tư tưởng gồm ba giai đoạn: Sinh (uppada), Trụ (thiti) và Diệt (bhanga). Ngay khi một tư tưởng vừa qua giai đoạn diệt (bhanga), tức khắc giai đoạn sinh (uppada) của chập tư tưởng kế khởi lên. Trong tiến trình luôn luôn biến đổi của đời sống, mỗi chập tư tưởng khi diệt sẽ chuyển tất cả năng lực và tất cả những cảm giác đã thu nhận cho chập tư tưởng kế tiếp. Mỗi chập tư tưởng mới bao gồm những tiềm năng do chập tư tưởng trước truyền lại và thêm vào đó còn được bổ xung thêm những tố chất khác. Như vậy luôn có sự luân lưu không ngừng của Tâm. Luồng Tâm cứ thế như một dòng suối, chảy mãi, không bao giờ hết, không bao giờ chết. Chập tư tưởng mới không hoàn toàn sao chép y nguyên như chập tư tưởng trước bởi vì thành phần cấu tạo đã đổi mới; mà cũng không tuyệt đối là khác bởi vì cả hai cùng nằm trong một luồng sống, một dòng đời. Không có chúng sinh đồng nhất nhưng có sự đồng nhất trong tiến trình đời sống của chúng sinh.

Không nên nhận định rằng Tâm là một chuỗi dài những chập tư tưởng riêng lẻ. Trái lại, nó liên tục trôi chảy như một dòng sông, luôn luôn tiếp nhận dồi dào những thành phần mới, và luôn luôn cung cấp cho thế gian xung quanh những năng lượng mới thu nhập trên đường đời.

Trong chuỗi dài những trạng thái của Tâm, có sự kề nhau nối tiếp mà không có trạng thái cái này chập trên cái kia như có người lầm tưởng. Không có chập tư tưởng đã qua mà còn trở lại. Cũng không có chập tư tưởng hoàn toàn giống hệt chập đã qua. Những trạng thái ấy của Tâm luôn luôn biến đổi, không bao giờ tồn tại trong hai khoảnh khắc kế tiếp. Toàn thể tiến trình của những hiện tượng tâm-vật lý ấy luôn luôn trở thành rồi tan biến, sinh rồi diệt.

Trong số các trạng thái tâm được biết, *Bhavanga* là trạng thái quan trọng nhất, tối cần cho sự tồn tại của mỗi chúng sinh. Khi ngủ say, không chiêm bao mộng mị, tâm của ta ở trong một trạng thái ít nhiều tiêu cực, không tương tác với ngoại cảnh, tương tự như trạng thái tâm của người vừa chết, hay lúc được thọ thai. Danh từ Phật Giáo gọi loại tâm ấy là *Bhavanga*, hay yếu tố của đời sống. Bhavanga cũng có nghĩa là yếu tố tối cần, hay điều kiện tối cần để đời sống tồn tại. Phát sinh và hoại diệt từng khoảnh khắc, luồng Bhavanga trôi chảy liên tục, biến đổi, không khi nào giống hệt nhau trong hai chập tư tưởng kế tiếp. Không phải chỉ lúc ngủ không nằm mộng ta mới có loại tâm Bhavanga, mà lúc thức cũng có. Trong đời sống, ta có loại tâm ấy nhiều hơn

tất cả những loại tâm khác. Do đó, Bhavanga là điều kiện tối cần thiết cho đời sống.

Có vài học giả cho rằng Bhavanga đồng nghĩa với tiềm thức. Theo Tự điển Triết học, Tiềm Thức là một ngăn trong tâm mà vài tâm lý gia và triết gia cho rằng ngăn ấy nằm cạnh phía dưới ngưỡng cửa của Thức. Theo các triết gia Tây phương, Tiềm Thức và Thức cùng tồn tại trong cùng một lúc. Nhưng theo Phật Giáo, hai loại tâm không thể tồn tại trong cùng một lúc. Trong tất cả nền triết học phương Tây, hình như không có khái niệm nào tương tự như Bhavanga. Danh từ tiếng Việt gần Bhavanga nhất có lẽ là "*Liên tục sinh tồn*", có sách gọi là "*Luồng Hộ kiếp*", vì nó là điều kiện tất yếu cho kiếp sống sinh tồn.

Khi đang ngủ, Tâm được gọi là an nghỉ, hay nói cách khác là ở trong trạng thái Bhavanga. Chúng ta luôn luôn có một trạng thái tâm tiêu cực như thế khi Tâm không tương tác với ngoại cảnh. Khi có một đối tượng nhập vào Tâm, thí dụ như khi một đối tượng gì đó xuất hiện, luồng Bhavanga (Hộ kiếp) ấy lập tức bị gián đoạn. Lúc ấy luồng Bhavanga rung động trong một sát-na (một chập tư tưởng) và tan biến. Kế đó "*Ngũ môn hướng tâm*" (*Pañcadvārāvajjana*) khởi sinh và diệt. Đến giai đoạn này dòng trôi chảy tự nhiên bắt đầu bị kiểm soát và chuyển hướng về đối tượng. Tức khắc sau đó một trong các thức, thí dụ như Nhãn Thức (Cakkhu Viññāṇa) khởi sinh và diệt, nhưng không hiểu gì hơn ngoài sự thấy đối tượng. Tiếp theo tác hành này của giác quan có

một chập tư tưởng tiếp thu đối tượng đã nhận gọi là "*Tiếp thọ tâm*" (*Sampaṭicchana*). Rồi đến chập tư tưởng tiếp theo "*Suy đạc tâm*" (*Santīraṇa*) quan sát và thăm dò đối tượng đã tiếp thu. Sau đó đến giai đoạn "*Xác định tâm*" (*Voṭṭhapana*) phân biệt, lựa chọn, thu nhận hay loại bỏ đối tượng. Đây là giai đoạn mà ý chí được tự do góp phần của nó. Sau khi đối tượng được xác định sẽ là một giai đoạn tâm lý cực kỳ quan trọng - giai đoạn *Javana*. Chính ở giai đoạn này mà hành động được xét là thiện hay bất thiện. Và nghiệp được tạo ở chính giai đoạn này.

Javana là một Phạn ngữ rất khó chuyển dịch ra ngôn ngữ khác. Vài học giả dịch là "*Tác hành tâm*", "*Tốc hành tâm*". Danh từ "X*ung lực tâm*" đôi khi cũng được dùng. Trong cuốn sách này, Phạn ngữ Javana được giữ nguyên vẹn.

Theo đúng nguyên căn, Javana có nghĩa là chạy, bởi vì trong tiến trình tâm, mỗi loại thường phát sinh trong một, hai hay ba chập tư tưởng, chỉ có tâm Javana phát sinh liên tiếp trong bảy chập lúc bình thường và năm chập khi lâm chung, và tất cả bảy chập đều cùng chung một đối tượng. Những tâm sở phát sinh trong bảy chập tư tưởng ấy đều giống hệt nhau, nhưng năng lực thì không đồng đều, có chập mạnh có chập yếu hơn.

Tiến trình tâm (citta vithi) hay lộ trình tiến triển của một tư tưởng được chấm dứt bằng "*Đăng ký tâm*" (*Tadalambana*) trong hai chập. Như vậy, trọn lộ trình tư tưởng có tất cả 17 chập: 3 chập Bhavanga, 1 ngũ môn hướng tâm, 1 ngũ quan

thức, 1 tiếp thọ tâm, 1 suy đạc tâm, 1 xác định tâm, 7 chập Javana và 2 chập đăng ký tâm, như sau:

Chập tâm	Lộ trình tiến triển của một tư tưởng
1	Atita Bhavanga (Bhavanga vừa qua)
2	Bhavanga Calana (Bhavanga rung động)
3	Bhavanga Upaccheda (Bhavanga dứt vòng)
4	Pañcadvārāvajjana (Ngũ môn hướng tâm)
5	Panca Vinnana (Ngũ quan thức)
6	Sampaṭicchana (Tiếp thọ tâm)
7	Santīraṇa (Suy đạc tâm)
8	Voṭṭhapana (Xác định tâm)
9, 10, 11, 12, 13, 14, 15	Javana (Tác hành tâm, Tốc hành tâm, Xung lực tâm)
16, 17	Tadalambana (Đăng ký tâm)

Kinh sách thường diễn tả lịch trình tiến triển của Tâm qua thí dụ về trái xoài như sau:

> "Người kia nằm ngủ say dưới gốc cây xoài. Một ngọn gió thổi qua làm rung động nhánh cây và một trái xoài rụng xuống cạnh bên đầu anh chàng. Anh choàng tỉnh, thức dậy và cố gắng tìm xem cái gì đã quấy rầy mình. Anh thấy bên cạnh có trái xoài, lượm lên, ngửi và ngắm nghía nó. Đoán chắc rằng trái xoài còn tốt và hoàn toàn chín, anh ta mới ăn nó. Ăn xong, anh nằm xuống ngủ lại."

1. Trong câu chuyện, giấc ngủ say là luồng Bhavanga đang yên tĩnh trôi chảy.

2. Ngọn gió thoảng qua cây xoài là tâm "*Bhavanga vừa qua*" (Atita Bhavanga).
3. Nhánh cây rung động là tâm "*Bhavanga rung động*" (Bhavanga Calana).
4. Trái xoài rụng là tâm "*Bhavanga dứt vòng*" (Bhavanga Upaccheda).
5. Choàng tỉnh khỏi giấc ngủ, giống như sự khuấy động dòng Bhavanga.
6. Thức dậy, giống như dòng Bhavanga dừng lại.
7. Cố gắng khám phá xem điều gì đã quấy động giấc ngủ của mình, ví như trạng thái lờ mờ của tâm khi chủ thể *(nhận thức)* cố gắng một cách yếu ớt để khám phá xem vật kích thích tác động qua mắt, tai, mũi, lưỡi hoặc thân là vật gì. Trạng thái này gọi là "*Ngũ môn hướng tâm*", nghĩa là hướng đến những ấn tượng tại năm giác quan.
8. Thấy đối tượng mà chưa biết đó là gì là "*Ngũ quan thức*" (Panca Vinnana), trong trường hợp này là Nhãn Thức. Đây chỉ là chức năng thuần túy và đơn giản của sự thấy, hoàn toàn không có sự suy nghĩ gì về đối tượng cả.
9. Nhặt trái xoài lên giống như tâm tiếp nhận sự kích thích từ một đối tượng độc lập hiện hữu ở ngoại giới. Trạng thái này gọi là *"Tiếp thọ tâm"*.
10. Ngửi và xem xét trái xoài, ví như tâm đang cố nhớ một điều gì đó liên quan đến đối tượng và cố sức để hiểu nó trong ánh sáng của kinh nghiệm trong quá khứ Trạng thái này gọi là *"Suy đạc tâm"*.

11. Đoán chắc rằng trái xoài hoàn toàn chín và còn tốt, ví như tâm gán cho đối tượng một vị trí xác định trong lĩnh vực tri kiến của nó Trạng thái này gọi là *"Xác định tâm".*
12. Thưởng thức trái xoài là tiến trình Javana (7 chập). Đây là trạng thái tích cực nhất của tâm, trong đó chủ thể ý thức trọn vẹn về chính mình và quyết định thái độ riêng của mình đối với đối tượng.
13. Nuốt miếng xoài là "*Đăng ký tâm*".
14. Khi ăn xong trái xoài, người kia nằm ngủ lại. Lộ trình tư tưởng đã hoàn thành và tâm trở lại trạng thái Bhavanga.

Tiến trình nhận thức về ngoại giới xảy ra qua ngũ căn: mắt, tai, mũi, lưỡi và thân. Vì vậy, nó được gọi là "*tiến trình tâm qua ngũ môn*". Đối với căn thứ sáu tức là ý căn, qua đó chúng ta nhận thức những ý niệm như trong ký ức hoặc sự tưởng tượng khi mà đối tượng không thực sự hiện hữu nhưng được hình dung ra, tiến trình nhận thức này được gọi là "*tiến trình nhận thức qua ý môn*".

Như vậy, chúng ta thấy rằng toàn bộ tiến trình tư duy có thể được phân ra thành các chập tư tưởng tâm với những chức năng riêng biệt. Và, như đã nói ở trên, chính các chập tư tưởng tích cực trong tiến trình Javana được xem là quan trọng nhất, vì nghiệp được tạo chính ở giai đoạn này.

Theo Phật Giáo, mặc dù con người là một đơn vị tâm-vật lý bao gồm hai phần vật chất và tinh thần (thân và tâm), nhưng tâm không phải là một linh hồn hay bản ngã, theo

nghĩa của một thực thể cố định và thường hằng. Tâm, như Đức Phật dạy, chỉ là một nghiệp lực, một dòng chảy liên tục năng động có khả năng lưu trữ những trải nghiệm của nhiều kiếp sống. Cơ cấu tâm-vật lý này chịu sự thay đổi không ngừng nghỉ. Nói cách khác, chúng ta sống và chết trong từng sát na của đời mình. Và cuộc sống chẳng qua chỉ là một quá trình trở thành và hoại diệt, không bao giờ hết. Khi Đức Phật nhấn mạnh rằng cái gọi là con người hay cá thể chỉ là một kết hợp của tâm và thân không ngừng thay đổi như thế, phải chăng Ngài đã đi trước khoa học và tâm lý học hiện đại hơn 25 thế kỷ?

Chúng ta sẽ tiếp tục câu chuyện về Tâm và tiến trình của Tâm trong chương VI: Bàn về Duy thức học. Duy thức học Phật Giáo, sẽ được giới thiệu trong chương VI, đã đi một bước xa hơn trong việc luận giải uyên bác những vấn đề về tâm lý học và sự hình thành nhận thức trong cuộc sống tâm linh của con người.

NGHIỆP BÁO VÀ QUÁ TRÌNH TẠO NGHIỆP

"Tất cả chúng sinh đều có cái nghiệp của mình."

Thuở Đức Phật còn tại tiền, có chàng thanh niên tên Sudha, thắc mắc trước tình trạng bất đồng của loài người, muốn tìm chân lý, đến gần Ngài và thưa rằng:

"Bạch Đức Thế Tôn, vì lý do nào và nguyên nhân nào trong đời có người yểu và có người thọ, có người bệnh hoạn và người khỏe mạnh, có người xấu xa và người đẹp đẽ,… có người nghèo khổ và người giàu sang…?"

Đức Phật trả lời vắn tắt như thế này:

"Tất cả chúng sinh đều mang theo cái Nghiệp của chính mình như một di sản, như vật di truyền, như người chí thân, như chỗ nương tựa. Chính vì cái nghiệp riêng của mỗi người mỗi khác nên mới có cảnh dị đồng giữa chúng sinh."

Vậy "Nghiệp" là gì?

Chữ *Nghiệp* dịch từ chữ *Karma* (Sanskrit) hay *Kamma* (Pali). Trong đạo Bà-la-môn thuộc hệ thống kinh điển Vệ-đà, Karma tượng trưng cho một hành vi mang tính cách nghi lễ giúp hội nhập với thế giới thiêng liêng. Đối với Đạo Bà-la-môn cải tiến trong hệ thống kinh điển Upanishads[1], thì thuật ngữ Karma lại mang ý nghĩa về luân lý: tùy theo hành vi mang phẩm tính thiện hay ác, sẽ tạo ra một loại khả năng tiềm tàng, và chính khả năng ấy sẽ chín muồi khi tái sinh trong một kiếp sống thuận lợi hay bất thuận lợi về sau. Ngoài ra, Ấn Độ Giáo lại chủ trương một hình thức định mệnh: chẳng hạn khi rơi vào một giai cấp nào thì phải phụ

[1] Upanishads: tập hợp các kinh điển về triết lý trong kinh Vệ-đà tạo nên cơ sở lý thuyết của Đạo Hindu.

thuộc vào giai cấp ấy và không thể nào thoát ra được, bởi vì Karma đã quyết định như thế.

Trong Phật Giáo, Karma có nghĩa là "*hành động có tác ý*" của thân, khẩu và ý. Tư tưởng, lời nói, việc làm thường khởi xuất do "ý muốn làm" của chủ thể. Phật Giáo gọi ý muốn làm ấy là "*tác ý*" (*cetana*). Tất cả những hành động có tác ý, dầu biểu hiện bằng thân, khẩu hay ý, đều tạo Nghiệp. Tất cả những hành động có tác ý, thiện hay bất thiện, đều tạo Nghiệp. Những hành động không có chủ tâm, không có tác ý, mặc dầu đã biểu hiện bằng lời nói hay việc làm, đều không tạo Nghiệp. Tác ý ấy chính là hoạt động của Hành Uẩn, có thể là thiện hay bất thiện. Đức Phật dạy:

> "*Nầy hỡi các Tỳ Khưu, Như Lai xác nhận rằng chính Tác ý là Nghiệp. Do có ý muốn mới có hành động, bằng thân, khẩu hay ý.*" *(Tăng Nhất A Hàm)*

Trong sự báo ứng của Nghiệp, Tâm là yếu tố tối quan trọng. Tất cả những việc làm, lời nói và tư tưởng đều chịu ảnh hưởng của Tâm. Một lần nọ vị Tỳ kheo kia bạch hỏi Đức Phật: "Bạch Đức Thế Tôn, thế gian do cái gì dẫn dắt? Thế gian bị lôi kéo bởi cái gì?...". Đức Phật trả lời rằng:

> *"Này Tỳ kheo, thế gian này do Tâm dẫn dắt, do Tâm thế gian bị lôi kéo, mọi vật đều tùy thuộc vào một pháp đó là Tâm."*

Không điều phục được Tâm tất nhiên không thể kiềm chế được việc làm, lời nói và tư tưởng. Điều phục Tâm tức kiềm chế thân, khẩu, ý.

Phật Giáo phân biệt rành rẽ Karma nguyên thủy làm nguồn gốc và hậu quả phát sinh sau đó từ Karma, đấy là hai khái niệm khác nhau không thể lầm lẫn được. Sự phát sinh của hậu quả không thể tránh khỏi, nếu ta không làm gì cả để hóa giải nó, và hơn thế nữa ta còn có thể tinh khiết hóa cả Karma trước khi nó chín muồi. Mặt khác, Karma không ép buộc con người phải sống một cách thụ động trong một cấu trúc xã hội đã quy định sẵn: mỗi cá nhân phải tự nắm lấy vận mệnh của mình để tự giải thoát cho chính mình ra khỏi Karma, vì đó là một thứ động cơ thúc đẩy gây ra khổ đau, cần phải được khắc phục.

Nghiệp Báo và Nhân Quả

Nghiệp không nhất thiết chỉ là những hành động trong quá khứ, mà bao trùm quá khứ và hiện tại. Như vậy, nói một cách chúng ta như thế nào trong hiện tại là tùy thuộc trong quá khứ chúng ta đã hành động như thế nào, và trong tương lai chúng ta sẽ như thế nào tùy thuộc vào hành động của chúng ta trong hiện tại. Tóm lại, Nghiệp Báo là định luật Nhân Quả trong lĩnh vực luân lý hay như người phương Tây thường nói, là "ảnh hưởng của hành động".

Nghiệp (Karma) là hành động. Quả (Vipaka) là phản ứng của hành động ấy. Nói cách khác, Quả là hậu quả của hành

động. Cũng như mỗi vật đều dính liền với cái bóng của nó, mỗi hành động có tác ý đều dính liền với Quả. Nghiệp có thể ví như một cái hạt có khả năng trở thành cây. Quả là trái cây. Một cách chính xác, Nghiệp và Quả đều tùy thuộc nơi Tâm. Hành động (Nghiệp) và hậu quả của hành động ấy (Quả) đều do Tâm tạo nên. Vì Nghiệp có thể tốt hay xấu, Quả có thể lành hay dữ. Đã gieo hạt tức phải gặt Quả, lúc này, nơi này, hay lúc khác, nơi khác, ở kiếp hiện tại hay trong kiếp vị lai. Ngày hôm nay ta gặt hái những gì chính ta đã gieo trong hiện tại hay trong quá khứ.

Thế thì nguồn gốc tạo Nghiệp là từ nơi đâu? Theo Phật Giáo, đó chính là do từ Vô minh và Ái dục. Chính Vô minh và Ái dục là cội rễ của mọi tội nghiệp. Và ai là người tạo Nghiệp? Ai là người gặt Quả? Đức Phật giảng rằng "tác ý", động cơ phát xuất hành động (bằng thân, khẩu, ý), là người tạo Nghiệp. Thọ, cảm giác, là người gặt Quả. Ngoài hai tâm sở "tác ý" và "thọ", không có người tạo Nghiệp, cũng không có người gặt Quả.

Quá trình tạo Nghiệp

Như đã được đề cập trong phần "Tiến trình của Tâm" ở trên, chính các chập tư tưởng tích cực trong tiến trình Javana được xem là quan trọng nhất, vì Nghiệp được tạo chính ở giai đoạn này. Trong 7 chập tư tưởng của tiến trình Javana, chập đầu có năng lực tạo Nghiệp yếu nhất nên trổ quả trong kiếp hiện tại, gọi là "Hiện nghiệp" (dittha dhamma vedaniya kamma,

nghiệp có hiệu năng tức khắc trong hiện tại). Nếu không trổ sinh trong kiếp hiện tại thì quả ấy sẽ tiêu mất, gọi là quả không trổ sinh, hay "Nghiệp vô hiệu lực".

Chập tư tưởng yếu kế đó là chập 7 của tiến trình Javana. Quả của chập này trổ sinh trong kiếp sống kế liền sau kiếp hiện tại, gọi là "Hậu nghiệp" (upapaja vedaniya kamma, nghiệp có hiệu năng liền kế đó). Nghiệp này trổ quả kế tiếp theo, cũng tự nhiên trở nên vô hiệu lực nếu không trổ sinh trong kiếp kế liền đó.

Quả của 5 chập tư tưởng còn lại, từ chập 2 đến chập 6 của tiến trình Javana, có thể sinh ra bất cứ lúc nào trong vòng luân hồi, từ kiếp kế kiếp hiện tại đến lúc hoàn toàn giải thoát, gọi là "Nghiệp vô hạn định" (aparapariya vedaniya kamma, quả sinh ra trong thời gian vô hạn định).

Nếu nhận định chân chính, luồng Javana trở nên thiện. Nếu nhận định sai lầm, luồng Javana trở nên bất thiện. Giai đoạn Javana này thường trôi chảy trong 7 sát-na tâm (chập tư tưởng). Toàn thể tiến trình chỉ tồn tại trong một thời gian cực nhỏ, chấm dứt bằng tâm ghi nhận, hay "Đăng ký tâm" (Tadālambana), kéo dài 2 chập. Nếu quyết định chính đáng thì tạo nghiệp thiện. Nếu quyết định sai lầm thì tạo nghiệp bất thiện. Mặc dầu đối tượng có đáng được ưa thích hay không, ta vẫn có thể tạo một tiến trình Janava thiện hay bất thiện theo ý muốn. Thí dụ như khi gặp người thù nghịch, tất nhiên là sự giận dữ phát sinh ngoài ý muốn của ta. Nhưng với những người có phẩm hạnh cao quí thì có thể chế ngự tâm mình và, thay vì nổi giận, rải tâm Từ đến người ấy.

Dĩ nhiên là trong đời sống, tư tưởng của ta bị rất nhiều yếu tố bên ngoài chi phối như quan hệ xã hội, tập tục, lễ nghi v.v... Trong những trường hợp ấy thì tự do ý chí cũng bị lũng đoạn. Tuy nhiên, dầu ở trường hợp khó khăn nào, ta cũng có đủ khả năng dùng tự do ý chí vượt qua các áp lực bên ngoài và tạo những tư tưởng thiện hay bất thiện.

TÁI SINH

"Chính Ái dục dẫn dắt chúng sinh đi tái sinh"

Thuyết Tái sinh là một trong các giáo lý căn bản của Phật Giáo. Ta không nên lẫn lộn giáo lý tái sinh của Phật Giáo với thuyết chuyển sinh linh hồn, hay đầu thai, của một vài hệ thống tín ngưỡng khác, bởi vì Phật Giáo không nhìn nhận có sự chuyển sinh của một linh hồn trường cửu, do một thần linh tạo ra hay phát xuất từ một Đại hồn (Paramatma)[1].

Phật Giáo giải thích rằng chính Nghiệp, tức hành động, tạo điều kiện để tái sinh. Nghiệp quá khứ tạo điều kiện để tái sinh trong kiếp hiện tại. Nghiệp hiện tại phối hợp với nghiệp quá khứ, tạo điều kiện để tái sinh trong kiếp vị lai. Theo Phật Giáo, chúng ta được sinh ra từ cái bào thai "hành động". Chính hành động hay Nghiệp của ta trong quá khứ là

---

[1] Đại hồn: Theo Ấn Độ Giáo, linh hồn hay tự ngã (Atma) của mỗi người đều phát sinh từ Đại hồn (Paramatma).

cái bào thai nuôi dưỡng và tạo điều kiện để tái sinh. Cha mẹ chỉ là người cho ta nền tảng vật chất, là nơi trú ẩn cho cái bào thai "hành động" nảy sinh. Như vậy, trước chúng sinh đã có chúng sinh. Trước một chúng sinh trong kiếp hiện tại phải có một chúng sinh trong kiếp quá khứ. Lúc thọ thai, chính Nghiệp tạo điều kiện cho thức đầu tiên làm nguồn sống cho bào thai. Chính Nghiệp lực vô hình, phát sinh từ kiếp quá khứ, tạo những hiện tượng tâm linh và những hiện tượng sinh khí trong một hiện tượng vật lý sẵn có - tức tinh trùng và tế bào trứng của cha mẹ - để gồm đủ ba yếu tố, tam nguyên, cấu thành con người.

Đề cập đến vấn đề thụ thai, Phật Giáo chủ trương phải có yếu tố thứ ba, rất quan trọng, để tạo thành bào thai. Nếu không có yêu tô này, tinh trùng và tê bào trứng của cha mẹ chỉ tồn tại trong một thời gian ngắn rồi hoại diệt, và chính do yếu tố thứ ba này mà có sự khác biệt tế nhị giữa chúng sinh. Yếu tố thứ ba ấy là "thức-tái-sinh" hay "thức-nối-liền" hai kiếp sống.

Có câu hỏi nếu Phật Giáo không chấp nhận có một linh hồn hay bản ngã thường hằng thì cái gì là cái được tái sinh. Phật Giáo giải thích rằng cái mà chúng ta gọi là đời sống ở đây chỉ là sự vận hành không ngừng nghỉ của Ngũ Uẩn. Nói một cách chính xác, tái sinh của một chúng sinh, tức sự kết hợp của Ngũ Uẩn hay những hiện tượng tâm-vật lý trong kiếp hiện tại, là sự chuyển tiếp liền theo cái chết của một chúng sinh vừa qua đời, cũng giống như ta thường nói, khi mặt trời lặn ở một nơi này tức là lúc đang mọc ở một nơi

khác. Vậy thì Sinh và Tử chỉ là hai giai đoạn trong một tiến trình. Sinh rồi Tử, Tử rồi Sinh. Hợp thể thân và tâm không mất vào lúc chết, vì không có năng lực nào đã từng mất cả. Nó chỉ sắp xếp, tổ chức lại trong những điều kiện mới. Đây gọi là tái sinh, tái hiện hữu hay tái trở thành.

Nguồn gốc đời sống

Nếu ta quả quyết rằng có quá khứ, hiện tại và tương lai thì tất nhiên ta phải đứng trước một vấn đề: Nguồn gốc tối hậu của đời sống là gì? Khởi điểm của đời sống ở đâu?

Để giải đáp, có luồng tư tưởng chủ trương rằng nguyên nhân đầu tiên của đời sống là một nguyên lý, một năng lực của vũ trụ, hay một thần linh toàn năng. Một luồng tư tưởng khác không nhận có nguyên nhân đầu tiên vì theo kinh nghiệm chung, trong chuỗi dài nhân và quả, nhân sinh quả, quả trở thành nhân, mãi mãi liên tục như thế, không thể quan niệm có một khởi điểm.

Thái độ của Phật Giáo: trước tiên ta phải nhận định rằng Đức Phật không có ý giải quyết tất cả những vấn đề luân lý và triết học của nhân loại. Đức Phật chỉ đề cập đến những vấn đề nào hướng tới sự cải thiện con người hay về sự giác ngộ. Đức Phật cũng không đòi hỏi ở tín đồ một đức tin mù quáng về nguyên nhân đầu tiên của đời sống, cũng như về các vấn đề khác.

Đức Phật tuyên bố rõ ràng rằng không thể biết được giới hạn sự luân lưu của những kiếp sống trong vòng luân hồi.

Chúng sinh, bị lớp vô minh bao trùm và những dây ái dục trói buộc, mãi mãi lang thang trong vòng luân hồi. Khởi điểm của cuộc hành trình xa xôi ấy không thể nhận ra. Về nguồn gốc và lịch sử tiến hóa của vũ trụ, Đức Phật giữ một thái độ im lặng.

Thập Nhị Nhân Duyên (Paticca Samuppada)

Có thể nói rằng một trong những khám phá rất lớn của Đức Phật là Tứ Diệu Đế: đó là bốn chân lý về sự khổ, nguyên nhân của sự khổ, chấm dứt sự khổ và con đường dẫn đến chấm dứt sự khổ. Tất cả những gì còn lại trong giáo lý của Ngài chỉ là sự mở rộng và giải thích chi tiết cho bốn chân lý ấy. Phật Giáo giải thích quá trình phát sinh đau khổ rất sâu sắc, một phần tựa như dựa trên những căn cứ rất khoa học, một phần lại mang rất nhiều màu sắc siêu hình. Đã có nhiều học giả cho rằng nếu Đức Phật không không đi theo con đường Phật Pháp để cứu rỗi chúng sinh thì Ngài chắc chắn sẽ là một nhà siêu hình học lớn nhất của nhân loại.

Thập Nhị Nhân Duyên (Paticca Samuppada), hay *Duyên Khởi*, hay *Tùy Thuộc Phát Sinh*, do chính Bồ Tát Tất-Đạt-Đa thể chứng dưới cội bồ đề sau 49 ngày tư duy thiền định. Paticca là "bởi vì", hay "bởi", hay "tùy thuộc nơi". Samuppada là "phát sinh", hay "khởi đầu". Đối chiếu theo ngữ nguyên, danh từ ấy có nghĩa là "phát sinh bởi vì", hay "phát sinh tùy thuộc". Paticca Samuppada áp dụng cho trọn công thức nhân quả gồm tất cả 12 nhân và quả liên quan

với nhau (bởi vậy nên có tên gọi là *Thập Nhị Nhân Duyên*). Phạn ngữ gọi là Paccaya và Paccayuppanna, nhân tạo duyên cho quả trổ sinh.

Theo Pháp Thập Nhị Nhân Duyên thì tất cả những gì sinh ra đều phải có lúc tiêu tan: đấy là bản chất của những gì mà Phật Giáo gọi là những "hiện tượng do điều kiện mà có" (hiện tượng phát sinh dựa vào điều kiện). Kể cả con người chúng ta và những gì mà chúng ta cảm nhận được, tất cả đều được sinh ra tùy thuộc vào một số điều kiện nhất định nào đó, điều đó cũng có nghĩa là sự hiện hữu của tất cả mọi hiện tượng đều là hậu quả phát sinh từ những nguyên nhân và điều kiện. Tuy nhiên phải hiểu rằng các hiện tượng đại loại như thế không mang đặc tính của một đơn vị thuần nhất, chúng không độc lập và cũng không trường tồn bất biến. Người ta gọi đấy là những hiện tượng "cấu hợp" (sa. *samskrita*) bởi vì chúng là kết quả sinh ra từ sự kết hợp của nhiều thành phần, và các thành phần ấy tượng trưng cho các điều kiện cần thiết để tạo tác ra chúng. Vì rằng các hiện tượng trong thế giới vật chất cũng như tâm thần đều là những hiện tượng do điều kiện mà có, cho nên chúng đều mang tính cách nhất thời: khi nguyên nhân chuyển thành quả thì tự nó sẽ biến mất, quả sẽ trở thành một nguyên nhân mới và nguyên nhân mới đến lượt nó cũng sẽ biến mất sau khi đã trở thành quả mới. Quy luật này rất quan trọng vì dựa vào đó chúng ta sẽ hiểu tại sao mọi hiện tượng lại vô thường và tại sao lại có luật nhân quả chi phối mọi hiện tượng.

Thập Nhị Nhân Duyên là một giáo lý rất đặc thù, là điểm xác định sự khác biệt giữa Phật Giáo với các tôn giáo khác. Nó là cốt lõi của nhân sinh quan Phật Giáo, được đề cập nhất quán trong tất cả các kinh điển Phật Giáo. Đối với một số vấn đề có liên quan đến bản chất của thế giới, Đức Phật Thích-ca Mâu-ni thường giữ im lặng. Nhưng với những vấn đề gắn với nhân sinh thì Người luôn đề cao những lý luận trọng yếu có liên quan đến khởi nguồn của thế giới và sinh tử của đời người. Vì thế, Đức Phật đã đề xuất tư tưởng "Duyên Khởi" để giải thích cách nhìn của Ngài về những vấn đề này. "Duyên" theo cách nhìn của Đức Phật là chỉ những nguyên nhân và điều kiện tồn tại của sự vật không phải dưới ánh sáng của một đấng cứu thế nào mà là sự tồn tại của tất cả sự vật trong mối quan hệ nương tựa lẫn nhau. Nhận thức rõ về giáo lý Thập Nhị Nhân Duyên sẽ giúp người học Phật hiểu cặn kẽ hơn về quá trình phát sinh đau khổ của con người cũng như các vấn đề khác như nghiệp, luân hồi, tái sinh, nhân quả... đồng thời gợi mở một hướng sống tích cực cho mỗi cá nhân trong hiện tại.

Giáo lý Thập Nhị Nhân Duyên giúp soi rõ quan điểm của nhà Phật trước cái nhìn sai lầm về một cái "tôi" thường hằng. Theo giáo lý, không có cái gì là tuyệt đối cả, cũng không có cái gì là thường hằng cả, bởi lẽ vạn vật khởi sinh, tồn tại và suy tàn phụ thuộc vào nhân và quả. Bởi vạn vật liên quan và hợp tác lẫn nhau, nên sự có mặt của một cái tôi thường biến là điều không thể có được về mặt logic.

Nhân duyên là gì?

Nhân là yếu tố quyết định, điều kiện chính làm sinh khởi, có mặt của một hiện hữu. Duyên là điều kiện hỗ trợ, tác động làm cho nhân sinh khởi. Ví dụ: hạt lúa là nhân của cây lúa; các yếu tố như đất, độ ẩm, ánh sáng mặt trời, người gieo... là duyên để hạt lúa nảy mầm phát triển thành cây lúa. Đối với khái niệm về sự phát sinh do điều kiện của Phật Giáo thì hiện tượng chỉ là một sự biểu hiện mang đặc tính nhất thời. Chẳng hạn như một hạt giống lúa mang các đặc tính như hình dáng thon dài, có một độ cứng nào đó v.v..., nhưng khi nảy mầm thì lại trở thành một hiện tượng khác, mang các đặc tính khác: chẳng hạn như trở thành mầm cây thân dài và mềm v.v...

Mối quan hệ nhân - duyên thực ra phức tạp và vi tế hơn nhiều, đặc biệt là trong thế giới tâm thức. Trong "Thập Nhị Nhân Duyên", "Nhân Duyên" hàm ý nghĩa "Nhân Duyên Khởi": sự nương tựa vào nhau mà sinh khởi. Trong kinh Phật Tự Thuyết (Tiểu Bộ I), nguyên lý Duyên Khởi đã được Đức Thế Tôn tóm tắt:

> Do cái này có mặt nên cái kia có mặt.
> Do cái này không có mặt nên cái kia không có mặt.
> Do cái này sinh nên cái kia sinh.
> Do cái này diệt nên cái kia diệt.

Tóm lại, Pháp Thập Nhị Nhân Duyên giải thích sự phát sinh của một trạng thái tùy thuộc vào trạng thái trước kế đó.

Trong kinh Tương Ưng Bộ II (Samyutta Nikàya), Đức Phật đã thuyết minh về Pháp Thập Nhị Nhân Duyên như sau:

> *"Do vô minh, có hành sinh; do hành, có thức sinh; do thức, có danh sắc sinh; do danh sắc, có lục nhập sinh; do lục nhập, có xúc sinh; do xúc, có ái sinh; do ái, có thủ sinh; do thủ, có hữu sinh; do hữu, có sinh sinh; do sinh sinh, có lão tử, sầu, bi, khổ, ưu, não sinh, hay toàn bộ khổ uẩn sinh. Đây gọi là duyên khởi."*

> *"Do đoạn diệt ái dục, vô minh một cách hoàn toàn, hành diệt; do hành diệt nên thức diệt; do thức diệt nên danh sắc diệt; ...; do sinh diệt nên lão tử, sầu, bi, khổ, ưu, não diệt. Như vậy là toàn bộ khổ uẩn đoạn diệt. Này các Tỳ kheo, như vậy gọi là đoạn diệt."*

Thập Nhị Nhân Duyên được Đức Phật định nghĩa gồm hai chiều hướng: chiều hướng sinh khởi (do vô minh, hành sinh...) và chiều hướng đoạn diệt (do đoạn diệt ái dục, vô minh một cách hoàn toàn nên hành diệt...). Khi Thập Nhị Nhân Duyên được thành lập (tập khởi), nghĩa là Ngũ Uẩn tập khởi, đây là chiều hướng của khổ đau, luân hồi. Khi 12 mắt xích này bị phá vỡ (đoạn diệt) thì cấu trúc Ngũ Uẩn cũng tan rã, và đây là con đường của an lạc, giải thoát. Ngũ Uẩn chính là cấu trúc của con người và cuộc đời. Sự hiện hữu của con người tự nó nói lên Thập Nhị Nhân Duyên đang

vận hành theo chiều tập khởi. Trong chiều hướng đoạn diệt, khi không còn vô minh (sự ngu dốt), sự sinh ra nghiệp cũng kết thúc; khi sự sinh ra nghiệp kết thúc, ý thức cũng không còn; và khi ý thức không còn, các hiện tượng vật chất và tinh thần sẽ chấm dứt…

Toàn thể quá trình có thể tóm tắt như sau:

Tùy thuộc nơi Vô Minh phát sinh Hành.
Tùy thuộc nơi Hành phát sinh Thức.
Tùy thuộc nơi Thức phát sinh Danh-Sắc.
Tùy thuộc nơi Danh-Sắc phát sinh Lục Căn.
Tùy thuộc nơi Lục Căn phát sinh Xúc.
Tùy thuộc nơi Xúc phát sinh Thọ.
Tùy thuộc nơi Thọ phát sinh Ái.
Tùy thuộc nơi Ái phát sinh Thủ.
Tùy thuộc nơi Thủ phát sinh Hữu.
Tùy thuộc nơi Hữu có Sinh.
Tùy thuộc nơi Sinh có Lão, Tử, sầu muộn, đau khổ và thất vọng.

Đó là chiều hướng các yếu tố cấu thành đau khổ.

Tận diệt Vô Minh dẫn đến chấm dứt Hành.
Chấm dứt Hành dẫn đến chấm dứt Thức.
Chấm dứt Thức dẫn đến chấm dứt Danh-Sắc.
Chấm dứt Danh-Sắc dẫn đến chấm dứt Lục Căn.
Chấm dứt Lục Căn dẫn đến chấm dứt Xúc.
Chấm dứt Xúc dẫn đến chấm dứt Thọ.
Chấm dứt Thọ dẫn đến chấm dứt Ái.

Chấm dứt Ái dẫn đến chấm dứt Thủ.
Chấm dứt Thủ dẫn đến chấm dứt Hữu.
Chấm dứt Hữu dẫn đến chấm dứt Sinh.
Chấm dứt Sinh dẫn đến chấm dứt Lão, Tử, sầu muộn, đau khổ, và thất vọng.

Đó là chiều hướng chấm dứt hậu quả của các yếu tố cấu thành đau khổ.

Hai yếu tố đầu tiên của Thập Nhị Nhân Duyên (Vô minh, Hành) thuộc về quá khứ. Tám yếu tố giữa thuộc về hiện tại. Và hai yếu tố cuối cùng thuộc về tương lai.

Cả hai, Hành, thiện và bất thiện, và Hữu đều được xem là nghiệp. Vô minh, Ái và Thủ là khát vọng hay ô nhiễm. Thức, Danh-Sắc, Lục Căn, Xúc, Thọ, Sinh, Lão, Tử đều là quả (vipaka).

Như vậy Vô Minh, Hành, Ái, Thủ và Hữu là năm nguyên nhân trong quá khứ tạo duyên (điều kiện) cho năm quả trong hiện tại là Thức, Danh-Sắc, Lục Căn, Xúc và Thọ phát sinh. Cùng thế ấy Ái, Thủ, Hữu, Vô minh và Hành trong hiện tại tạo duyên cho năm quả kể trên phát sinh trong tương lai.

Giáo lý Thập Nhị Nhân Duyên có thể hình dung như một vòng tròn, vì đó là vòng quay của những kiếp sinh tồn, bánh xe của sự trở thành. Trong vòng tròn này không có điểm đầu, cũng không có điểm cuối. Không có yếu tố nào là tuyệt đối hiện hữu, cũng không có yếu tố nào là không hiện hữu. Bất luận điểm nào cũng có thể là khởi điểm, và mỗi yếu tố

của vòng tròn Duyên Khởi đều không tự đứng lẻ loi một mình mà không tùy thuộc các yếu tố khác. Tất cả đều tùy thuộc lẫn nhau và không thể tách rời nhau. Đó là một tiến trình liên tục, không gián đoạn, không bao giờ hết, chừng nào cuộc sống của chúng ta còn bị màng Vô minh bao phủ. Tuy nhiên, giờ phút nào Vô minh được thay thế bởi trí tuệ và luồng sống chứng nghiệm được bản chất của Niết-bàn thì, chỉ đến lúc ấy, tiến trình sinh tử mới chấm dứt.

Nên ghi nhận rằng trong tư tưởng Phật Giáo không có khái niệm về một "nguyên nhân đầu tiên", và Pháp Tùy Thuộc Phát Sinh không nhằm đào sâu hay tìm kiếm một nguyên nhân đầu tiên. Đức Phật quả quyết tuyên bố rằng khởi điểm đầu tiên của kiếp sinh tồn là cái gì không thể quan niệm được, và những ý niệm, những khảo sát và tranh luận tương tự về một khởi điểm đầu tiên có thể làm người ta lạc vào trong mê cung của những quan niệm. Vì nếu ta quả quyết phải có một "nguyên nhân đầu tiên", tất nhiên ta cũng phải có quyền đòi hỏi một nguyên nhân cho "nguyên nhân đầu tiên" ấy, bởi vì không có gì thoát ra khỏi sự chi phối của định luật điều kiện và nguyên nhân, tức phát sinh do điều kiện, hay nói cách khác là muốn có sự phát sinh phải có cái gì khác tạo điều kiện cho sự phát sinh ấy.

Quả thật không thể quan niệm được một khởi điểm. Không ai có thể đi ngược dòng thời gian, trở lên đến điểm khởi nguyên của bất luận vật gì, dầu là khởi điểm của một hạt cát trong vũ trụ. Đi tìm khởi điểm của một quá khứ vô

thủy vô chung quả thật là vô ích và vô nghĩa. Đời sống không phải là một thực thể trường tồn, bất di bất dịch, mà là một sự trở thành không dứt, một sự trôi chảy luôn luôn tiếp diễn của những biến đổi sinh lý và tâm lý.

Thay vì "nguyên nhân đầu tiên", Đức Phật đề cập đến sự phát sinh do điều kiện: cái này phát sinh do cái kia tạo điều kiện. Nói cách khác, toàn thể thế gian nằm dưới sự chi phối của định luật nhân quả hay hành động và hậu quả của hành động. Chúng ta không thể nghĩ đến một vật gì trong vũ trụ mà tự nhiên khởi phát, không do cái gì khác làm nguyên nhân hay tạo điều kiện để hiện hữu.

Giáo lý Thập Nhị Nhân Duyên là một chân lý bất di bất dịch, không phải là công trình của một oai lực thần linh, không phải cái gì được vô tình tạo nên. Dẫu có Đức Phật hay không, các nguyên lý "cái này có, cái kia trở thành", "do sự phát sinh của cái này, cái kia phát sinh", "cái này không có, cái kia không trở thành", "do sự chấm dứt của cái này, cái kia chấm dứt"… vẫn đúng và hiện hữu. Sự phát sinh do điều kiện này tiếp diễn mãi mãi vô cùng tận, không bao giờ gián đoạn và không bị một nguyên lý hay năng lực nào từ bên ngoài kiểm soát.

Đức Phật đã khám phá chân lý vĩnh cửu ấy, qua đó giải thích mọi phức tạp của đời sống, phá tan những bí ẩn của kiếp nhân sinh và khơi mở một hướng sống tích cực cho mỗi cá nhân trong cuộc sống.

Ý nghĩa của mười hai nhân duyên:

1. Vô minh *(Avijjā)*

Vô minh (Avijja) là không nhận thức được bản chất của vạn pháp và không thấu đáo được chân tướng của chính mình. Bởi vậy, Vô minh là căn nguyên sinh ra đau khổ.

Nói cách khác, Vô minh tức không nhận thức bốn chân lý (Tứ Diệu Đế) về đau khổ nguồn gốc của đau khổ, sự chấm dứt đau khổ, và con đường dẫn đến sự chấm dứt đau khổ - những nguyên nhân chính làm động lực thúc đẩy, chuyển động bánh xe đời sống. Chính màng Vô minh như lớp mây mù bao phủ, che lấp mọi sự hiểu biết chân chính. Do sự không thông hiểu nên người vô minh luôn duy trì những cách nhìn sai lầm, thấy vô thường là vĩnh cửu, xem đau khổ là thích thú, coi vô ngã là linh hồn trường tồn, không có thần linh tạo hóa mà cho rằng có, thấy ô nhiễm là thanh tịnh và giả cho là thật. Vô minh khiến chúng sinh không nhận được bản chất giả hợp của Ngũ Uẩn.

Vô minh, hay si mê, ảo tưởng, là một trong những căn nguyên sinh ra tất cả mọi ô nhiễm, tất cả hành động bất thiện. Không có hành động nào, dẫu biểu lộ dưới hình thức tư tưởng, lời nói hay việc làm (thân, khẩu, ý) mà không phát sinh bởi Vô minh. Vì lẽ ấy Vô minh được kể là vòng khoen đầu tiên của vòng tròn Duyên Khởi. Tuy nhiên, nên ghi nhớ rằng Vô minh không phải là một khởi điểm đầu tiên hay là khởi nguyên tột cùng của vạn vật.

2. Hành *(Samkhārā)* **-** *"tùy thuộc nơi Vô minh, phát sinh Hành"*

Trong pháp Thập Nhị Nhân Duyên, Hành chỉ có ý nghĩa hạn hẹp là tất cả những hành động thiện và bất thiện biểu hiện qua thân, khẩu và ý. Thông thường Hành được hiểu là những hành động có tác ý tạo duyên cho sự tái sinh, hay giản dị là *Nghiệp (Karma).*

Tất cả những tư tưởng, lời nói và việc làm, thiện và bất thiện, đều được bao gồm trong Hành. Những hành động tốt hay xấu - trực tiếp phát sinh từ Vô minh hay bị Vô minh gián tiếp làm động cơ thúc đẩy - đều luôn luôn tạo nghiệp, nghĩa là có tác động kéo dài thêm cuộc hành trình bất tận của vòng luân hồi. Ngược lại, những hành động (bằng thân, khẩu hay ý) hoàn toàn trong sạch, tuyệt đối không xuất phát từ tham, sân, si, chắc chắn sẽ giúp con người thoát ra khỏi vòng phiền não của đời sống.

Vô minh và Hành thuộc về kiếp sống quá khứ. Do vậy, Hành có thể coi là nhân tố chính để đầu thai cho kiếp sống kế tiếp. Hành thiện có thể đưa đến tái sinh tốt, tức là tái sinh vào trạng thái nhàn lạc. Hành bất thiện có thể đưa đến tái sinh xấu, tức sinh vào trạng thái đau khổ. Ta nên ghi nhận rằng tất cả Hành - hành động thiện và bất thiện - đều do Vô minh tạo điều kiện để phát khởi. Đến đây một câu hỏi có thể được nêu lên: làm thế nào những hành động phát sinh do Vô minh tạo điều kiện lại có thể đưa đến tái sinh tốt?

Từ hiểu biết của người phàm tục cho đến người đã giác ngộ, tất cả những hành động thiện chỉ là những hành động

trong đó, ở một mức độ nào đó, sự minh triết chiếm ưu thế hơn si mê và hạnh dứt bỏ mạnh hơn ham muốn. Trong tâm thức mỗi con người chúng ta, bao giờ cũng tồn tại song song cả hai phần sáng và tối, tốt và xấu, thiện và bất thiện. Tại mỗi giây phút trong cuộc sống, trong mỗi hành động, hai phần sáng và tối này luôn tranh giành để kiểm soát tâm thức của chúng ta. Trong thực tế, có những người, có những giây phút thì thánh thiện, những giây phút khác thì lại ác độc. Ngoại trừ chư Phật và chư vị A-la-hán, ta không thể hành động với tâm sáng láng tuyệt đối, hoàn toàn dứt bỏ và hoàn toàn trí tuệ. Chỉ có sự hiểu biết chân chính cũng như lòng từ bi và giới đức sẽ là những tác nhân tốt làm sáng lên phẩm hạnh, dứt bỏ ái dục và dẫn đến những hành động thiện.

3. Thức *(Vinnana) - "tùy thuộc nơi Hành (yếu tố tạo duyên cho sự tái sinh trong kiếp trước), phát sinh Thức (trong kiếp hiện tại)"*

Chính đây là thức đầu tiên kết sinh thành bào thai trong bụng mẹ. Trong thức ấy có ngủ ngầm tất cả những những đặc tính và những khuynh hướng riêng biệt trong dòng đời đã qua của một cá nhân.

Tùy thuộc nơi Hành, tức hành động thiện và bất thiện trong kiếp vừa qua, "Thức tái sinh" (patisandhi vinnana), hay Thức nối liền, phát sinh trong kiếp kế theo. Gọi là Thức tái sinh hay Thức nối liền vì thức ấy nối liền kiếp quá khứ với kiếp hiện tại. Nói cách khác, tùy theo nơi nghiệp (hay

hành động) thiện hay bất thiện trong quá khứ, đời sống trong hiện tại được tạo duyên. Như vậy Thức là yếu tố đầu tiên, vòng khoen nhân duyên đầu tiên trong kiếp hiện tại. Vô minh và Hành (trong quá khứ) hợp lại tạo thành Thức trong kiếp hiện tại này.

Theo các nhà sinh lý học hiện đại, kiếp sống mới của một người bắt đầu từ khoảnh khắc kỳ diệu khi tinh trùng của người cha phối hợp với tế bào trứng trong lòng mẹ. Đó là khoảnh khắc đầu tiên của một kiếp sống. Khoa học chỉ nói đến hai yếu tố vật chất ấy. Phật Giáo đề cập đến yếu tố thứ ba và yếu tố này hoàn toàn thuộc về Tâm.

Theo Kinh Mahàtanhàsamkhaya Sutta, Majjhima Nikàya (Trung A Hàm), Đức Phật dạy:

> *"Nơi nào có ba yếu tố ấy hợp lại là mầm sống khởi sinh. Nếu cha và mẹ gặp nhau mà không nhằm thời kỳ thọ thai của mẹ và không có một chúng sinh đi tái sinh, tức là không có một chủng tử (Gandhabba), thì không có mầm sống. Nếu cha mẹ gặp nhau trong thời kỳ thụ thai của mẹ mà không có sự phối hợp của một chủng tử thì cũng không có mầm sống. Nếu cha mẹ gặp nhau nhằm thời kỳ thụ thai của mẹ và có một chủng tử thì có mầm sống, do sự phối hợp của ba yếu tố." (Trung A Hàm)*

Yếu tố thứ ba này (chủng tử) chỉ là một danh từ khác để gọi Thức tái sinh. Để giải thích cho sự tái sinh, Phật Giáo giải

thích rằng luồng trôi chảy của Tâm và Thân, hay của năng lực tâm linh và vật lý không mất lúc chết. Nó tự đặt mình trở lại trong những điều kiện mới: hiện tượng đó gọi là tái sinh. Chúng sinh lìa đời ở nơi đây và tái sinh ở một nơi khác không phải là một, cũng không hoàn toàn là một người khác. Trong luồng trôi chảy liên tục đó, có một chập tư tưởng cuối cùng (cuti citta - tử tâm) của kiếp sống quá khứ khi chấm dứt sẽ làm phát sinh và tạo duyên cho chập tư tưởng đầu tiên của kiếp sống hiện tại, được đề cập ở trên, gọi là Thức tái sinh, hoạt động tâm linh đầu tiên bên trong một chúng sinh. Giữa hai chập tâm, Tử tâm và Thức tái sinh, không có một sự gián đoạn nào, không có hoặc một chúng sinh trong bào thai, cũng không có một chúng sinh giữa hai trạng thái chết và tái sinh. Thức tái sinh được coi là tinh khiết vì không bắt nguồn từ tham, sân, si, cũng không xuất phát từ không-tham, không-sân, không-si.

Trong kinh Mahā Nidāna Sutta của bộ Trường A Hàm có dẫn: "*Một khi vô minh và ái dục đã tận diệt ắt không còn hành động thiện và bất thiện, và do đó Thức tái sinh sẽ không thể trở lại trong bào thai của mẹ*". Đoạn kinh này nói lên rõ ràng chính hành động thiện và bất thiện của ta là nguyên nhân đưa đến tái sinh, chứ không phải một nhân vật tối thượng hay thần linh tạo hóa, cũng không phải là sự ngẫu nhiên.

Trong pháp Thập Nhị Nhân Duyên, Thức là phần thâm sâu và vi diệu nhất vì chính vòng khoen này giải thích sự tái sinh.

4. Danh-Sắc *(Nàma – Rùpa) - "tùy thuộc nơi Thức, phát sinh Danh-Sắc"*

Danh-Sắc (Nàma – Rùpa) phát sinh cùng một lúc với Thức tái sinh. Do vậy, Danh-Sắc có thể coi là trạng thái phôi thai trong bào thai.

Danh từ kép Danh-Sắc (Nàma – Rùpa) gồm hai thành phần: "Danh" (Nàma), phần tâm linh vô hình, và "Sắc" (Rùpa), phần vật chất hữu hình, của một chúng sinh. Nói nôm na thì Danh ở đây là chỉ những hoạt động tâm lý thô sơ ban đầu của bào thai. Sắc là chỉ hình hài ban đầu.

Cái được gọi "chúng sinh" là sự kết hợp của năm uẩn Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức. Nếu Thức được xem là Tâm thì Thọ, Tưởng và Hành là thành phần trợ giúp, đồng khởi, đồng diệt với Tâm, hay là những yếu tố của cái Tâm ấy. Khi chúng ta nói tùy thuộc Thức, Danh-Sắc phát sinh thì Sắc ở đây là thể xác vật chất, còn Danh là những yếu tố của Tâm như đã đề cập ở phần trên.

5. Lục Căn (*Salayatana)* **-** *"tùy thuộc nơi Danh-Sắc, phát sinh Lục Căn"*

"Nàma-rùpam paccayà salàyatanam", tùy thuộc nơi Danh-Sắc, phát sinh Lục Căn, tức nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân và ý căn (manàyatana). Đây là sáu căn năng bắt đầu của một cơ thể chúng sinh.

Nếu không có Danh-Sắc tức không thể có Lục Căn phát sinh. Vì có "Sắc" nên năm giác quan nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân

(mắt, tai, mũi, lưỡi, thân) mới hiện hữu. Và bởi vì có "Danh" nên ý căn, tức những loại Tâm khác nhau, mới hình thành. Như vậy, Danh-Sắc và Lục Căn liên quan với nhau và tùy thuộc lẫn nhau rất hữu cơ, có cái này thì có cái kia.

6. Xúc *(Phassa)* **-** *"tùy thuộc nơi Lục Căn, phát sinh Xúc"*

Xúc chỉ sự cảm thụ do sự tiếp xúc của Lục Căn với Lục Trần sau khi bào thai ra khỏi lòng mẹ. Trong thời kỳ thai nghén, Lục Căn của thai bào được phát triển tâm-vật lý rất giản dị ban sơ lúc đầu và dần dần trở thành guồng máy Lục Căn vô cùng phức tạp. Guồng máy Lục Căn này của con người vận động tự nhiên, không cần phải có một tác nhân nào khác điều khiển. Mỗi căn (nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, ý) đều có những đối tượng và những sinh hoạt riêng biệt. Mỗi đối tượng của Lục Căn, tức Lục Trần - sắc, thính, hương, vị, xúc, pháp - tiếp xúc với mỗi căn tương ứng, làm phát sinh một loại "thức". Như sắc tiếp xúc với nhãn làm phát sinh Nhãn Thức, thính tiếp xúc với nhĩ làm phát sinh Nhĩ Thức v.v... Điểm giao hòa của ba yếu tố "căn" (giác quan) "trần" (đối tượng của giác quan) và "thức" là Xúc (Phassa). Như thế khi cả ba, thí dụ như, Nhãn Căn, Nhãn Trần và Nhãn Thức cùng lúc hiện hữu, Nhãn Xúc phát sinh. Tương tự, khi cả ba Nhĩ Căn, Nhĩ Trần và Nhĩ Thức cùng lúc hiện hữu, Nhĩ Xúc phát sinh v.v… Xúc hoàn toàn khách quan. Nên hiểu rằng sự đụng chạm suông không phải là Xúc, vì muốn có Xúc phải có đủ ba yếu tố: đối tượng, giác quan và Thức.

Ta thấy rõ ràng rằng Xúc phát sinh do Lục Căn và Lục Trần tạo duyên. Tóm tắt lại *"Salàyatana paccayà phasso"*, tùy thuộc nơi Lục Căn phát sinh Xúc, có nghĩa là: do mắt tạo duyên Nhãn Xúc phát sinh, do tai tạo duyên Nhĩ Xúc phát sinh, do mũi tạo duyên Tỷ Xúc phát sinh, do lưỡi tạo duyên Thiệt Xúc phát sinh, do thân tạo duyên Thân Xúc phát sinh, do tâm tạo duyên Ý Xúc phát sinh.

7. Thọ *(Vedanà) - "tùy thuộc nơi Xúc, phát sinh Thọ"*

"Phassa paccayà vedanà", tùy thuộc nơi Xúc phát sinh Thọ (Vedanà). Thọ có nghĩa là cảm giác (vui hay buồn) sinh ra khi Lục Căn tiếp xúc với ngoại cảnh.

Có sáu loại Thọ, là Thọ phát sinh do Nhãn Xúc, Thọ phát sinh do Nhĩ Xúc, Thọ phát sinh do Tỷ Xúc, Thọ phát sinh do Thiệt Xúc, Thọ phát sinh do Thân Xúc, Thọ phát sinh do Ý Xúc. Thọ, hay cảm giác, có thể thọ lạc, thọ khổ và thọ vô kí (trung lập, không lạc, không khổ).

Như đã đề cập ở phần trên, một đối tượng của giác quan không bao giờ có thể được ghi nhận nếu không có một loại thức tương ứng. Nhưng khi hội đủ ba yếu tố "căn" (giác quan), "trần" (đối tượng của giác quan) và "thức", tất nhiên *Xúc* phát sinh. Đồng thời với sự phát sinh của Xúc, *Thọ* (*Vedanà*) cũng khởi phát. Không có một năng lực nào có thể ngăn chặn không cho Thọ phát sinh một khi đã có Xúc. Đó là quan hệ hữu cơ của Xúc và Thọ. Sự chứng nghiệm một quả lành hay dữ, do những hành động thiện hay bất thiện

hiện tại hay quá khứ tạo nên, là một trong những điều kiện chính yếu làm cho Thọ có thể phát sinh.

Thấy một hình sắc, nghe một âm thanh, ngửi một mùi, nếm một vị, sờ chạm một vật hay nảy sinh một ý nghĩ, con người kinh nghiệm một loại Thọ. Nhưng ta không thể nói rằng tất cả mọi chúng sinh đều cảm một loại Thọ giống nhau trước một đối tượng giống nhau. Một đối tượng có thể tạo Thọ lạc cho người này mà gây Thọ khổ cho người kia, và Thọ vô ký cho một người khác nữa. Lại nữa, cùng một đối tượng, một người có thể kinh nghiệm Thọ lạc vào lúc này, nhưng có thể lại là Thọ khổ ở một lúc khác, hoàn cảnh khác. Qua đó, chúng ta đã hiểu Xúc tạo điều kiện cho Thọ phát sinh như thế nào.

8. Ái Dục *(Tanhā) - "tùy thuộc nơi Thọ, phát sinh Ái"*

"Vedanà paccayà tanhà", tùy thuộc nơi Thọ, Ái phát sinh. Nói khác đi, vì có cảm giác vui buồn (Thọ) mà sinh ra ham muốn, khao khát. Cũng như Vô minh, Ái dục (tanhā) rất quan trọng. Luyến ái, khao khát, bám níu, là một vài danh từ thường dùng để phiên dịch Phạn ngữ "tanhā".

Thực tế con người luôn luôn bị ham muốn và dục lạc thu hút. Trong khi mưu tìm ham muốn và dục lạc, con người không ngừng chạy theo và cố bám lấy những trần cảnh bên ngoài (sắc, thính, hương, vị, xúc, pháp). Nhưng ít khi con người nhận thức rằng những thức ăn này của sắc, thính, hương, vị, xúc, pháp không bao giờ có thể thỏa mãn những

đòi hỏi vô cùng của mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý. Trong khi mãnh liệt khát khao được có quyền sở hữu, được thỏa mãn tham vọng, con người càng tự ràng buộc mình vào bánh xe luân hồi và càng đóng chặt cánh cửa đưa đến giải thoát.

Hai yếu tố quan trọng nhất trong Thập Nhị Nhân Duyên chính là Vô minh và Ái dục – đây là hai yếu tố chính làm chuyển động bánh xe luân hồi. Vô minh là nguyên nhân thuộc quá khứ tạo nghiệp cho hiện tại. Ái dục là nguyên nhân trong hiện tại tạo nghiệp cho tương lai. Tận diệt mọi vô minh, tận diệt mọi ái dục là con đường duy nhất dẫn đến giải thoát.

Khi Đức Phật đắc quả Vô Thượng, Chánh Đẳng Chánh Giác, Ngài thốt lên những lời hoan hỉ như thế này:

> *"Xuyên qua nhiều kiếp sống, Như Lai thênh thang đi trong vòng luân hồi để tìm, nhưng không gặp, người thợ cất ngôi nhà này (ý nói thân xác này). Phiền muộn thay, đời sống triền miên tiếp diễn. Này hỡi người thợ làm nhà! Ngươi đã bị bắt gặp. Ngươi không còn cất nhà nữa. Tất cả rui mè của ngươi đã gãy. Cây đòn dông của ngươi cũng bị phá tan. Tâm của Như Lai đã thành đạt trạng thái vô vi (Niết-bàn). Mọi hình thức ái dục đã hoàn toàn chấm dứt."* (Kinh Pháp Cú)

9. Thủ *(Upādānā) - "tùy thuộc nơi Ái, phát sinh Thủ"*

"Tanhà paccayà upàdànam", tùy thuộc nơi Ái, phát sinh Thủ (Upādānā). Đó là trạng thái tâm luyến ái, bám vào, đeo

níu lấy đối tượng. Thủ là Ái ở mức cao độ. Vì Thủ mà con người phải làm nô lệ cho khát vọng của mình và rơi vào cái lưới mà chính mình đã dệt bằng lòng khao khát. Nguyên nhân của Thủ là cả hai, luyến ái và lầm lạc. Do Thủ phát sinh ý thức sai lầm "tôi" và "của tôi".

10. Hữu *(Bhava) - "tùy thuộc nơi Thủ, phát sinh Hữu"*

"Upàdànà paccayà bhavo", tùy thuộc nơi Thủ, Hữu (Bhava) phát sinh. Điều này có thể hiểu là khi đã có luyến ái, đeo níu vào đối tượng thì có hành động, có tạo nghiệp. Đó là sự ham muốn được hiện hữu, được trở thành.

Có thể nói Hữu là nghiệp lực bám dính đến suốt đời. Theo căn nguyên của danh từ, bhava có nghĩa là "đang trở thành". Hữu bao gồm hai tiến trình: tiến trình nghiệp (karma-bhava) và tiến trình tái sinh xem như hậu quả của nghiệp (upapatti-bhava).

Karma-bhava, tiến trình của nghiệp, là những hành động thiện và bất thiện đã được tích trữ. Về phương diện nghiệp báo, đó là phần "tích cực của nghiệp trong đời sống". Upapatti-bhava là "phần tiêu cực của nghiệp", có tính cách trung lập về mặt đạo đức trong đời sống. Đó là tiến trình tái sinh trong kiếp sống kế, xem như hậu quả của nghiệp.

Ở nhân duyên thứ hai, trong câu "*avijjà paccayà sankhàrà",* tùy thuộc nơi Vô minh, Hành (Samkhārā) phát sinh, chữ Hành được giải thích là những hành động thiện và bất thiện. Nếu vậy, có phải chăng ở đây ta lập lại một giai

đoạn đã trải qua, vì Hữu (Bhava) được ghi nhận ở đây cũng là hành động thiện và bất thiện? Vậy sự khác nhau là gì?

Nên hiểu rằng pháp Tùy Thuộc Phát Sinh không phải chỉ đề cập vỏn vẹn đến kiếp sống hiện tại mà còn liên quan đến ba kiếp: quá khứ, hiện tại và tương lai. Ở câu trước, Hành là nghiệp, tức những hành động thiện và bất thiện trong quá khứ, và kiếp sống hiện tại thùy thuộc nơi những nghiệp ấy. Trong câu này, "*upàdànà paccayà bhavo*", Hữu là nghiệp, tức hành động thiện và bất thiện, thuộc kiếp sống hiện tại và sẽ tạo duyên để trổ quả trong kiếp vị lai.

11. Sinh *(Jāti) - "tùy thuộc nơi Hữu, phát sinh Sinh"*

"Bhava paccayà jàti", tùy thuộc nơi Hữu, phát sinh Sinh. Ở đây chữ Sinh không có nghĩa là hành động lâm bồn hay sự sinh đẻ ra em bé, mà là sự xuất hiện của Ngũ Uẩn (sắc, thọ, tưởng, hành, thức) trong bào thai. Tiến trình này do karma-bhava, tiến trình nghiệp, tạo duyên.

Nói cho rõ hơn thì chính Ái và Thủ trong kiếp quá khứ đưa đến tái sinh ở hiện tại. Còn Ái và Thủ trong kiếp hiện tại đưa đến tái sinh trong tương lai.

Như vậy, Nghiệp báo là hệ luận của tái sinh và ngược lại, tái sinh là hệ luận của Nghiệp. Đến đây ta có thể tự hỏi: nếu Nghiệp là nguyên nhân tạo duyên đưa đến tái sinh và nếu Phật Giáo quả quyết phủ nhận một linh hồn hay một tự ngã siêu việt, thì làm sao tiến trình của nghiệp có thể đưa đến tái sinh?

Năng lực không bao giờ mất. Và không có lý do nào để nghĩ rằng năng lực đã biểu hiện trong mỗi chúng sinh dưới hình thức tâm và thân lại có thể tan biến. Năng lực ấy luôn luôn biến đổi. Nó không mất lúc ta chết. Luồng sinh lực của tâm chỉ lặp lại. Nó lặp lại trong những điều kiện hòa hợp với chính nó và chính sự lặp lại của luồng sinh lực này trong những điều kiện mới gọi là sự tái sinh. Mỗi chúng sinh khi được sinh ra bắt đầu kiếp sống của mình với những khả năng tiềm tàng và những kinh nghiệm đã tích trữ trong quá khứ. Vì lẽ ấy, mỗi người có một tâm tính khác nhau, có những khả năng khác nhau. Nên nhớ rằng yếu tố trung gian làm môi giới cho tất cả mọi kiếp sinh tồn là Nghiệp.

Không có cái gì đơn thuần và nguyên vẹn được chuyển qua từ kiếp sống này đến kiếp sống kế khác, như sự chuyển sinh linh hồn. Từ một ngọn nến đang cháy, mồi lửa sang một ngọn nến khác (đang tắt), có phải là ta đem ngọn lửa của cây nến này chuyển sang cây nến kia không? Ta có thấy sự liên tục cháy của ngọn nến không? Không phải hoàn toàn là cùng một ngọn lửa, cũng không tuyệt nhiên là hai ngọn lửa khác nhau.

12. Lão và Tử *(Jarāmarana) - "tùy thuộc nơi Sinh, phát sinh Lão-Tử"*

"Jàti paccayà jaràmaranam", tùy thuộc nơi Sinh, phát sinh Lão-Tử. Và cùng với Lão-Tử, phát sinh phiền não, đau khổ, âu sầu và tuyệt vọng.

Đã có sinh tất nhiên phải có trưởng thành và chết. Không có sinh ắt không có trưởng thành và chết. Như vậy, toàn thể

khối đau khổ này khởi phát tùy thuộc ở pháp Thập Nhị Nhân Duyên chia làm 12 giai đoạn. Sinh tiếp nối theo già và chết. Ngược lại là già và chết tiếp nối theo sinh. Liên tục nối nhau mãi mãi.

Bây giờ chúng ta có thể giải thích quá trình sinh khởi một cách nôm na như sau:

1. Bắt đầu là vô minh, không nhận thức được bản chất của vạn vật.
2. Chính từ cách nhìn lầm lạc (vô minh) nên mới sinh ra nghiệp.
3. Chính sự sinh ra nghiệp dẫn đến ý thức, kết sinh bào thai trong bụng mẹ.
4. Chính ý thức dẫn đến các sự hình thành của danh sắc, tức là hình hài và những hoạt động tâm lý thô sơ ban đầu trong bào thai.
5. Chính dựa vào các danh sắc mới có lục căn, tức là ý thức và năm giác quan.
6. Chính từ lục căn mới có xúc, tức sự tiếp xúc tinh thần và giác quan.
7. Chính từ xúc mới sinh ra thọ (sự cảm nhận thế giới bên ngoài).
8. Chính từ thọ mới sinh ra ái (thèm muốn, mong ước).
9. Chính có thèm muốn mới sinh ra thủ (sự bám chấp).
10. Chính vì có thủ mới có hữu (sự ham muốn tồn tại, trở thành).

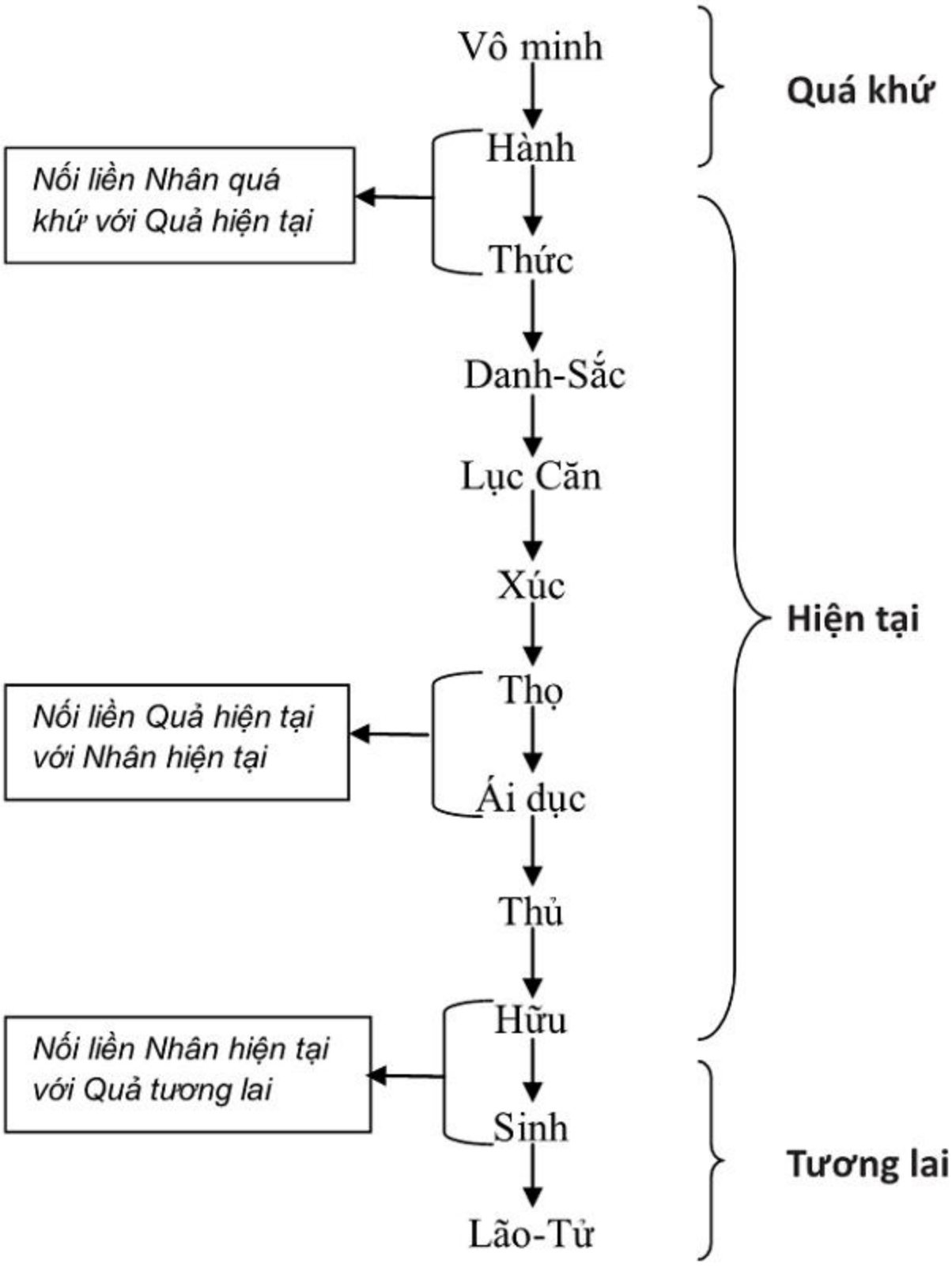
11. Chính có hữu mới có sự sinh ra.
12. Chính có sinh mới có suy tàn, chết, buồn khổ, đau đớn, tuyệt vọng.

Thập Nhị Nhân Duyên với 12 vòng khoen nhân duyên, bắt đầu bằng Vô minh và chấm dứt bằng Lão-Tử, cho thấy bằng cách nào chúng sinh bị trói buộc, lang thang và lạc bước trong vòng sinh-tử triền miên, Samsara. Trong bánh xe đời sống Samsara này, có ba khoen nối liền. Giữa vòng khoen Hành - yếu tố cuối cùng của thời quá khứ và Thức - vòng khoen đầu tiên của kiếp sống hiện tại, có sự nối liền Nhân quá khứ và Quả hiện tại. Thức, Danh-Sắc, Lục Căn, Xúc và Thọ là quả trổ sinh trong hiện tại, do Nhân Vô minh và Hành trong kiếp quá khứ tạo duyên. Vì có năm yếu tố Quả này, phát sinh ra ba yếu tố Ái, Thủ, Hữu tạo duyên cho những yếu tố sinh trong vị lai. Như vậy giữa Thọ và Ái có một sự nối liền giữa Quả hiện tại và Nhân hiện tại. Vì có Ái, Thủ, Hữu trong kiếp sống hiện tại nên có Sinh và Lão-Tử trong kiếp sống tương lai. Ba vòng khoen nối liền này chia vòng luân hồi thành 4 đoạn:

1) Vô minh, Hành.
2) Thức, Danh-Sắc, Lục Căn, Xúc, Thọ
3) Ái, Thủ, Hữu
4) Sinh, Lão-Tử

Hình vẽ sau đây mô tả quá trình này.

Thập Nhị Nhân Duyên trong ba thời
Hiện tại, Quá khứ và Tương lai



Phân tích rốt ráo, ta thấy rõ rằng trong pháp Tùy Thuộc Phát Sinh, trong tiến trình lặp đi lặp lại của hiện tượng sinh - tử, tử - sinh, không có cái gì là trường tồn, không có cái gì giống như một linh hồn, như một thực thể đơn thuần và trường cửu, chuyển từ kiếp sống này sang kiếp khác. Tất cả các Pháp đều tùy thuộc ở nguyên nhân, tức phải có điều kiện, hay duyên, để phát sinh. Chính sự xác nhận rằng linh hồn chỉ là một ảo kiến, một ảo ảnh, đã khiến cho giáo lý của Đức Phật khác hẳn các hệ thống tín ngưỡng khác và có tính cách cách mạng trong phạm vi tôn giáo.

Tóm tắt lại, mục tiêu thực tiễn của giáo lý Thập Nhị Nhân Duyên hay Duyên Khởi chính là nhằm giải thích sự khổ đã phát khởi như thế nào và làm thế nào để diệt khổ. Cũng vậy, bằng cách hiểu đúng lời dạy này, chúng ta sẽ hiểu được như thế nào vòng luân hồi phát sinh và tiếp diễn, và chúng ta cũng sẽ hiểu làm thế nào để đoạn diệt nó. Có thể nói, một khi đã thấu hiểu giáo lý Thập Nhị Nhân Duyên này, người ta sẽ biết được cách làm thế nào để tháo bỏ hoàn toàn cái nút khổ và tìm ra một hướng sống lành mạnh cho chính mình. Trong chương VI: "Bàn về Duy thức học", chúng ta sẽ lại quay lại chủ đề này để tìm hiểu xem, về phương diện tâm lý, cái nút khổ ấy đã sinh ra như thế nào và làm thế nào để tháo bỏ nó trong quá trình thanh lọc tâm thức trong mỗi con người.

Chương 4

THẾ GIỚI QUAN PHẬT GIÁO

"Mọi Pháp (Dhammà) là vô ngã"

Theo triết học nhận thức, thế giới quan là hệ thống quan niệm của một cá nhân, tập thể, tôn giáo về thế giới và vị trí con người trong thế giới nhằm giải đáp những hiện tượng tự nhiên và xã hội, trong đó bao gồm cả mục đích, ý nghĩa của cuộc sống con người. Thế giới quan chính là biểu hiện của cách nhìn bao quát đối với thế giới bao gồm cả con người, cả thế giới bên ngoài và cả mối quan hệ của con người đối với thế giới. Những câu hỏi mà chúng ta thường gặp như "bản chất thế giới là gì?", "con người là gì?", "con người từ đâu đến?", "chết sẽ đi về đâu?", "ý nghĩa đời sống là gì?"... là một phần khía cạnh biểu hiện của thế giới quan.

Trong triết học phương Tây, do chịu ảnh hưởng lớn của Do Thái Giáo, Kitô Giáo và Đạo Islam, từ ngữ "Thượng đế" (hoặc "God" trong Thiên Chúa Giáo) được dùng để biểu hiện một thực thể vừa có tính sáng thế vừa có nhân cách. Đấng Thượng đế ấy được mô tả như một hình tượng vừa đầy quyền năng, lại mang cả nhân cách vì có thể lắng nghe tường tận những ý nguyện nơi con người.

Trong khi đó, ở Đông phương đặc biệt là Ấn Độ, Phật Giáo lại có một cách nhìn khác về vũ trụ và thế giới, rất sâu

sắc và uyên thâm. Khi khảo cứu tham vấn các kinh điển Phật Học, người ta có thể rút ra được nhiều quan điểm hay giải thích của Phật Giáo về thế giới và con người dựa trên nền tảng phân tích rất khoa học. Mặc dù các kinh điển Phật Giáo tập trung chủ yếu trong việc giảng dạy các phương cách thoát khổ, chúng ta vẫn tìm thấy khá đầy đủ những luận cứ và quan điểm của Phật Giáo về thể tính vật lý của thế giới và vũ trụ mà chúng ta đang sống.

Dưới đây chúng ta sẽ tìm hiểu thế giới quan của Phật Giáo qua cách nhìn rất sâu sắc của Phật Giáo về vũ trụ, thế giới và con người.

Vô Thường

Phật Giáo nhìn vạn vật là Vô Thường (sa. *anitya*, pi. *anicca*), nghĩa là "không chắc chắn", "thay đổi", "không trường tồn". Từ "Vô thường" trong Tạp A Hàm kinh, có nghĩa là tất cả các sự vật đều không nhất thành bất biến mà đều thường xuyên thay đổi trong một quá trình từ sinh khởi đến hoại diệt. Nói cụ thể hơn, mỗi sự vật đều phải trải qua bốn giai đoạn trong quá trình này: Thành, Trụ, Hoại, Không. "Thành" chỉ sự sinh thành của sự vật; "Trụ" là chỉ sự vật sẽ tồn tại trong một trạng thái tương đối ổn định trong một thời gian nhất định; "Hoại" là chỉ thời kỳ sau của Trụ, sự vật sẽ phát sinh biến đổi lớn, thường xuyên ở trong trạng thái không ổn định; "Không" chỉ sự vật đã bị diệt vong, không tồn tại.

Giáo lý Vô Thường là nền tảng rất quan trọng cho toàn bộ cơ sở triết lý và thực hành trong Phật Giáo. Nó mang

đến một sự xác nhận như một sự phát hiện chân chính, đó là tất cả những hiện tượng - dù thuộc tâm lý hay thuộc ngoại cảnh tự nhiên - đều là vô thường, không có bất cứ một ngoại lệ nào. Mặc dù chân lý này hoàn toàn hiển nhiên, có thể chứng nghiệm được mọi nơi, mọi lúc, nhưng do chúng ta vẫn bị màn vô minh vây phủ trong đời sống thường ngày, nên không nhận thức được chân lý này một cách chân chính.

Tham vọng muốn kiểm soát mọi thứ quanh ta và, bằng bất cứ giá nào, ngăn cản những nguyên lý của vô thường, sẽ làm phát sinh những hiểu biết sai lầm về thế giới mà chúng ta đang sống và do đó chỉ đem đến khổ đau mà thôi. Tại sao chúng ta lại nói vậy? Bởi vì tất cả những hành vi của chúng ta đều hướng đến ý đồ kiểm soát thế giới này cùng mọi sự hiện hữu, và lòng ham muốn đó sẽ tạo ra một hố sâu không lồ ngăn cách một bên là những gì chúng ta mong muốn được nhìn thấy và tin rằng những thứ ấy là hiện thực, và bên kia là bản thể đích thực của hiện thực.

Nếu quan sát một cách phân tích thì vô thường được xem như một sự thật, đó là vạn vật tồn tại trên cơ sở lệ thuộc vào cái khác nào đó, phát sinh từ cái khác nào đó và chuyển biến thành cái khác nào đó. Không một vật nào tồn tại độc lập vĩnh hằng, không vật nào thường còn. Giáo lý Vô Thường nhất quán với giáo lý Duyên Khởi ở chỗ giáo lý này xác nhận một "nhân duyên khởi đầu của vạn vật" và "vạn vật nếu có một khởi đầu cũng phải có một kết thúc". Giáo lý Vô Thường hướng tầm nhìn của chúng ta về sự kết thúc tất nhiên của vạn vật.

Vô Ngã

Phật Giáo cho rằng vạn vật là Vô Ngã (sa. *anātman*, pi. *anattā*), tức là không có một Ngã (sa. *ātman*, pi. *attā*), một cái gì trường tồn, bất biến, nhất quán, tồn tại độc lập nằm trong mỗi sự vật. Cái mà người ta thường gọi là Ngã, Linh hồn, hay cái Ta, là để nói đến một thực thể tuyệt đối, trường cửu của con người, cái bản thể bất biến ở sau dòng chảy thường biến của đời sống. Theo một vài tôn giáo, mỗi người có một linh hồn riêng biệt như thế do Chúa ban phát và linh hồn ấy khi chết sẽ vĩnh viễn sống hoặc trong địa ngục hoặc trong thiên đường. Theo một vài tôn giáo khác, linh hồn ấy sẽ trải qua nhiều đời sống, cho đến khi nó hoàn toàn trong sạch và cuối cùng trở thành đồng nhất với Thượng đế hay Brahman[1] (Phạm Thiên). Trong bao thế kỷ nay, những quan niệm này về Thượng đế và linh hồn đã trở thành những triết lý cội rễ, ăn sâu thành thói quen vào tâm lý con người và đã trở thành một phần không nhỏ trong đời sống tâm linh của con người.

Phật Giáo phủ nhận sự hiện hữu của một linh hồn, của cái Ta bất biến như thế. Theo Đạo Phật, cái "Ngã", hay cái "Ta", chỉ là một tập hợp của Ngũ Uẩn, luôn luôn thay đổi, mất mát và, vì vậy, "Ta" chỉ là một giả hợp, gắn liền với

---

[1] Brahman (Phạm Thiên): một trong ba vị thần linh tối cao của Ấn Độ Giáo. Brahman là hiện thực siêu việt không thay đổi, vô hạn, có ở khắp mọi nơi và là nền tảng linh thiêng cho tất cả vật chất, năng lượng, thời gian,không gian…

sự Khổ. Theo giáo lý Phật Giáo, ý tưởng về "Ngã" là một ý tưởng vô cùng sai lạc, không thực. Con người trầm luân trong sự khổ, trong dục vọng ích kỷ, thù hằn, độc ác, tất cả bởi vì ý tưởng "Ta", "cái này là của Ta"… Nếu không có ý nghĩ "cái này là của Ta", "cái kia là của Ta", thì sẽ không bao giờ có sự giành giật tranh chấp giữa người này với người khác, không bao giờ có chiến tranh… Ý tưởng "Ta" là cội rễ của mọi đau khổ, mọi thảm họa.

Quan niệm Vô Thường và Vô Ngã của Phật Giáo là kết quả tự nhiên, hay hệ luận của sự phân tích về Ngũ Uẩn và giáo lý Duyên Khởi. Theo Phật Giáo, vạn vật chẳng qua chỉ là cấu thành từ ngũ uẩn Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức. Trong những điều kiện nào đó thì các uẩn này tụ họp. Trong những điều kiện khác thì mất đi, tan rã. Không thể có một "Ngã" trường tồn đằng sau nó bởi vì Ngũ Uẩn thực chất không phải là một thực thể, đồng nhất, bất biến và tự tại.

Trong kinh Pháp cú (Dhammapada), Đức Phật nói: "*Mọi sự vật bị giới hạn (Samkhàrà) đều là vô thường… Mọi Pháp (Dhammà) là vô ngã*". Danh từ "Pháp" (sa. *Dhammà*) ở đây có ý nghĩa rộng hơn rất nhiều so với danh từ "sự vật bị giới hạn" (sa. *Samkhàrà*). Nó bao gồm không những những sự vật và trạng thái có điều kiện, mà còn cả những cái vô điều kiện, cái tuyệt đối. Không có gì ở trong hay ở ngoài vũ trụ, có điều kiện hay không có điều kiện, tương đối hay tuyệt đối…, mà không được bao hàm trong khái niệm "Pháp" này. Bởi thế khi Đức Phật giảng rằng: "*Mọi Pháp (Dhammà) là*

vô ngã" thì Ngài muốn ám chỉ rằng tính cách vô ngã ấy có giá trị đối với tất cả mọi hiện tượng, không có một ngoại lệ nào, dù cho chúng lệ thuộc vào điều kiện hay độc lập không lệ thuộc vào bất cứ một điều kiện nào, tức là kể cả Niết-bàn và sự Giác ngộ.

Ngược dòng tìm về lịch sử triết học Ấn Độ, Phật Giáo là sự phủ nhận Bà-la-môn Giáo về vấn đề Bản Ngã. Chúng ta thấy ở đây hai học thuyết hoàn toàn trái ngược nhau: Bà-la-môn chủ trương Ngã là tất cả, Phật Giáo chủ trương tất cả là Vô Ngã.

Theo chủ trương của Bà-la-môn Giáo, Ngã là hồn thiêng của vạn vật, là phần thần thánh của vũ trụ, triền miên tan hòa trong mọi vật, vì Ngã là Brahman và Brahman là Ngã. Nói về Brahman, các tác phẩm Upanishads đã không tiếc lời ca tụng, xem Brahman là Đấng Phạm Thiên tối thượng, là chúa tể, là đấng sáng tạo và an bài vạn vật. Brahman được xem là thực thể vô hình, ở bên trong và ở chung quanh mọi sự. Brahman là cái tuyệt đối bất biến và vĩnh hằng, là thực thể tối thượng và phi nhị nguyên. Các Upanishads lập luận rằng Brahman và Ngã (Atman) trong thực tế chỉ là một, rằng cái tôi bao giờ cũng chan hòa với thực thể của vũ trụ. Nói khác đi, trên bình diện vũ trụ thì nó là Brahman; còn bên trong bản ngã của mỗi người thì nó là Ngã - Atman. Brahman chính là Đại ngã.

Đức Phật ngược lại chối bỏ cái Ngã hiểu theo Bà-la-môn Giáo. Để chứng minh rằng không có Thần Ngã, Đức Phật

đã đi sâu vào con đường phân tích nhân bản. Đó là giáo lý Ngũ Uẩn của Phật Giáo. Trái hẳn với phạm trù triết học Tây phương, coi con người như kết tinh bởi hai phần tách biệt nhau: thể xác và linh hồn, Đức Phật nhìn con người bằng một con mắt khác, với những phạm trù hoàn toàn khác biệt. Đức Phật đã quan niệm rằng con người là kết tinh của ngũ uẩn Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức. Sắc là thân thể, sắc chất. Thọ tức cảm thọ, cảm giác. Tưởng là tri giác. Hành là tích tụ các tư tưởng và hành động. Thức tức ý thức, nhận thức. Và Đức Phật dạy rằng Ngũ Uẩn thực sự không phải là Thần Ngã:

> *"Thể xác là cái gì đó mang tính chất vô thường, mà đã vô thường tất nhiên là khổ. Như thế còn gì ngu si bằng coi cái thân thể này như Thần Ngã... Nếu thể xác là Thần Ngã thì nó có thể trở nên cái này hay cái kia. Nhưng ta phải công nhận rằng thể xác không phải là Thần Ngã vì nó bị bệnh tật áp chế và đau khổ hoành hành. Cho nên thể xác không thể trở nên cái nọ cái kia như ta muốn." (Samyutta Nikaya 111, 60)*

Đức Phật luôn luôn phản đối hai học thuyết đang thịnh hành lúc đó: thuyết thứ nhất cho rằng linh hồn trường cửu bất di dịch và thuyết thứ hai cho rằng chết là hết, khi chết con người tiêu tán cùng với sự tan rã của thân xác. Khi giảng thuyết Vô Ngã, Đức Phật đã cực lực đả phá học thuyết Ngã của Bà-la-môn. Với thuyết Ngã của Bà-la-môn, vạn vật có

chung một Thần Ngã duy nhất, con người không có cá tính, vì cái ngã của tôi cũng là cái ngã của anh và chính cũng là cái Đại Ngã của vũ trụ, tức là Brahman. Còn Đức Phật thì cho rằng kiếp sống của con người được tạo thành bởi Nghiệp (Karma) của mỗi cá nhân. Trước kia các đạo sĩ Bà-la-môn thường hãnh diện vì mình sinh trưởng trong gia đình thuộc giai cấp Bà-la-môn và họ quá tin tưởng vào đặc ân đó để giải thoát. Đức Phật đã bác bỏ hoàn toàn ý kiến đó. Trong thuyết nhân quả của Phật, giai cấp không có ảnh hưởng gì, tội phúc do ở hành động.

Giáo lý Vô Thường và Vô Ngã là cách nhìn rất khách quan của Phật Giáo đối với thế giới trong sự tương quan rất mật thiết với quan điểm nhân sinh của Tứ Thánh Đế. Vì rằng nếu vạn vật trên thế gian không phải là một chủ thể vĩnh hằng thì có đáng gì để chúng ta phải nhọc nhằn truy cầu. Nhưng người đời do vô minh lại chấp trước vào những thứ Vô Thường và Vô Ngã, coi "không" là "có", coi "giả" là "thật", để tìm kiếm, để nhọc nhằn mưu cầu. Do vậy muốn giải thoát triệt để khỏi khổ đau thì con người phải tự xóa bỏ màng vô minh, phải nhận thức được bản chất Vô Thường và Vô Ngã của vạn vật.

Theo giáo lý Đức Phật, chấp rằng "Tôi không có ngã" (tức là thuyết đoạn diệt) cũng sai lầm như chấp rằng "Tôi có ngã" (thuyết trường tồn), bởi vì cả hai quan niệm đều là những xiềng xích, cả hai đều phát sinh từ ý niệm sai lầm "đây là Tôi", "cái này là của Tôi". Thái độ đúng đắn đối với

quan niệm Vô Ngã là không chấp một cách nhìn nào, mà luôn luôn quan sát sự vật một cách khách quan, nhìn chúng như chúng thực sự có, không qua bất kỳ một lăng kính nào. Phải thấy rằng cái gọi là "Tôi" hay "linh hồn" chỉ là sự kết hợp của Ngũ Uẩn, tương quan tương thích với nhau trong dòng biến chuyển không ngừng nghỉ của luật nhân quả, của thuyết Duyên Khởi. Không có cái gì là trường cửu thường tồn, bất biến và vĩnh viễn trong toàn thể hiện hữu này.

Lý luận Vô Thường và Vô Ngã là các khái niệm mang tính nền tảng của Phật Giáo, nhưng tự nó lại làm nảy sinh ra một số mâu thuẫn với những khái niệm trọng yếu khác của Phật Giáo. Ví dụ như Phật Giáo cho rằng trên thế giới có luân hồi và Niết-bàn, mà sinh tử luân hồi lại cần có một bản thể tinh thần không diệt để làm một chủ thể luân hồi. Điều này hiển nhiên có mâu thuẫn với quan điểm Vô Ngã. Vấn đề này đã phát khởi rất nhiều tranh luận của rất nhiều học giả Phật Giáo sau này.

Tính Không

Quan niệm về Tính Không trong thời kỳ Phật Giáo Nguyên Thủy được hình thành trên cơ sở quan niệm Vô Thường và Vô Ngã. Phật Giáo Nguyên Thủy cho rằng, con người và sự vật chẳng qua chỉ là sự hợp thành của Ngũ Uẩn, dựa vào những điều kiện nhất định mà sinh ra hoặc mất đi, cho nên trên thế giới tịnh không tồn tại vật gì thường hằng bất diệt. Phật Giáo Nguyên Thủy cho rằng trạng thái không tồn tại vĩnh hằng của vạn vật trên thế gian là "*Tính Không*".

Theo quan điểm của các nhà Đại Thừa, triết học Tính Không được khởi nguyên từ văn hệ Bát-nhã, một hệ thống kinh tạng Đại Thừa phát sinh từ Đại chúng bộ (Mahāsamghikā), xuất hiện tại miền Nam Ấn Độ, trung tâm truyền bá tư tưởng của Phật Giáo Đại Thừa (Mahāyāna Buddhism), do Đại sư Long Thọ khai sáng. Thực tế, dòng tư tưởng này vốn đã được phôi thai từ trong kinh tạng Nikāya trên nền tảng của giáo lý Duyên Khởi, Vô Ngã, Vô Thường...

Về mặt triết học, theo trường phái Trung Quán Tông (Trung Quán luận) của Triết học Phật Giáo Đại Thừa, bản chất rốt ráo của vũ trụ là Tính Không, cái không thể phân biệt được từ hình thể vật chất. Tính Không, nghĩa là "trống rỗng", "trống không", là một khái niệm căn bản của Phật Giáo, quan trọng nhất và cũng trừu tượng nhất. Các kinh điển Phật Giáo Nguyên Thủy đã nhắc rằng, mọi sự vật là giả hợp, hữu vi (sa. *saṃskṛta*), trống rỗng (sa. *śūnya*), vô thường (sa. *anitya*), vô ngã (sa. *anātman*). Theo Trung Quán Tông, mọi sự vật đều trống rỗng, chúng chỉ dựa lên nhau mà có theo Pháp Duyên Khởi. Thể tính của toàn thế giới là Không, nó là "cái tĩnh lặng của thiên hình vạn trạng". Có thể nói Tính Không là thể tính của mọi khái niệm, kể cả khái niệm Tính Không bao trùm ngôn ngữ. Vì vậy không thể dùng ngôn ngữ hoặc khái niệm để nói về Tính Không.

Trong Tiểu Thừa, Tính Không nhằm nói về thể tính của con người và được sử dụng như một tính từ. Đại Thừa đi thêm một bước nữa, sử dụng Tính Không như một danh từ,

xem "*Không là vạn sự, vạn sự là Không*". Vì tất cả mọi sự đều dựa lên nhau mà thành (duyên khởi), cho nên chúng không tồn tại độc lập, không có tự ngã (sa. *ātman*), không có tự tính (sa. *svabhāva*), trống rỗng (sa. *śūnya*). Cái trống rỗng, cái Tính Không (sa. *śūnyatā*) trong Trung Quán Tông có một ý nghĩa hai mặt: một mặt, Tính Không là không có một tự ngã nào; mặt khác, Tính Không đồng nghĩa với sự giải thoát, vì Tính Không chính là bản thể tuyệt đối. Chứng ngộ được Tính Không tức là giải thoát.

"Tự tính" là một khái niệm được dùng trong triết học Ấn Độ. Nó miêu tả một cái gì đó có khả năng tự tồn tại, một cái gì đó không cần nương tựa để tồn tại, không cần cả đến nhân duyên. Theo Đại sư Long Thọ, vì vắng mặt một tự tính nên thế giới này không phải là thế giới của tồn tại, mà là thế giới của một sự luân chuyển vô cùng. Vì thế mọi Pháp đều chỉ là những dạng biểu hiện, xuất phát từ Tính Không, là Không. Tính Không vừa chứa tất cả mọi hiện tượng, vừa xuyên suốt các quá trình phát triển sự vật.

Một cách nôm na, Tính Không ở đây không nên hiểu lầm là không có gì hết. Tính Không là không thật thể chứ không phải là không có gì. Hơn nữa, Tính Không cũng không phải là không thật có. Phải hiểu là sự vật không phải là không có, chúng có, nhưng chỉ là những dạng, những biểu hiện của một thể tính. Kể cả tư tưởng cũng là biểu hiện của thể tính đó nên không thể dùng tư tưởng để tiếp cận ngược lại nó. Một sự vật hay hiện tượng, với Tính Không, dù cho có

sự sống hay vô tri, tự thân nó không có sự tồn tại độc lập và không mang theo một bản tính cá biệt nào. Nó chỉ có ý nghĩa và tồn tại chỉ khi nào tất cả những yếu tố hay những thành tố làm nên nó cùng nhau biểu hiện. Thế nên Tính Không không có nghĩa rằng các Pháp không có hiện hữu, mà có nghĩa rằng chính vì sự hiện hữu của các Pháp tùy thuộc vào duyên khởi, cho nên các Pháp không thể hiện hữu độc lập, không tồn tại thực sự và cũng không có tự tính. Hơn nữa, tất cả các Pháp sinh diệt liên tục không gián đoạn, đến rồi đi, có rồi không, sinh rồi diệt. Do vậy, vì muốn khai thị cho chúng sinh hiểu rõ tư tưởng Tính Không nên Đại sư Long Thọ đã dùng tám chữ không là: *"không sinh, không diệt, không thường, không đoạn, không một, không khác, không đến, không đi"*, để đả phá những nhận thức sai lầm của thế gian, phá bỏ triệt để chấp tướng, chứ không phải phủ nhận cái bản chất Vô Tướng của các Pháp.

Niết-bàn

Niết-bàn (sa. *nirvāṇa*, pi. *nibbāna*) là từ được dịch âm từ gốc tiếng Phạn *nirvāṇa* hoặc tiếng Pali *nibbāna* với nghĩa "thổi tắt", "dập tắt" (một ngọn lửa). Vì vậy mà thuật ngữ *nirvāṇa* cũng được dịch nghĩa là Diệt, Diệt tận, Diệt độ, Tịch diệt… và vì sự tịch diệt được hiểu là mục đích tối cao trong Phật Giáo nên *nirvāṇa* cũng được dịch ý là "giải thoát".

Ở đây chúng ta phải chính xác là cái gì sẽ bị "thổi tắtt", bị "tịch diệt". Từ cách nhìn triết học, Đức Phật chỉ ra rằng,

đó là ranh giới của cái tôi hữu hạn. Vậy có thể định nghĩa Niết-bàn là cảnh giới mà ở đó mọi ranh giới của cái tôi hữu hạn bị tận diệt. Cảnh giới này đạt được sau khi con người giải thoát khỏi luân hồi, dập tắt mọi thống khổ và phiền não. Đó là sự tận diệt gốc rễ của ba nghiệp bất thiện là tham, sân và si.

Phật Giáo cho rằng, muốn con người cuối cùng giải thoát khỏi thống khổ và phiền não thì tất yếu phải dập tắt mọi ham muốn và tham vọng. Mà nguyên nhân trực tiếp khiến con người nảy sinh dục vọng chính là sự vô minh, cho nên con người chỉ có thoát ly khỏi vô minh mới có thể trừ diệt tận gốc mọi thống khổ.

Niết-bàn còn có nghĩa là không còn chịu sự tác động của nghiệp, không còn chịu ảnh hưởng của quy luật duyên khởi; Niết-bàn là vô vi, đặc tính của nó là thiếu vắng sự sinh, thành, hoại, diệt. Trong một số kinh sách khác, Niết-bàn được hiểu là sự "an lạc", nhưng phần lớn được hiểu là sự giải thoát khỏi cái Khổ. Vì không có ngôn ngữ để diễn tả Niết-bàn, bởi lẽ Niết-bàn là phạm vi nằm ngoài ngôn ngữ và lí luận, nên có nhiều người hiểu nhầm Niết-bàn theo quan niệm hư vô. Đối với hành giả Phật Giáo thì định nghĩa liệu Niết-bàn là một cảnh giới tồn tại thật sự hay chỉ là cõi tịch diệt không hề quan trọng. Cũng một phần vì lí do này mà Phật Thích-ca từ chối mọi mô tả về Niết-bàn vì Niết-bàn là "không thể hiểu được, không thể mô tả, không thể cảm nhận". Tuy nhiên, nếu chúng ta tận diệt mọi khía cạnh của

cái ý thức mà chúng ta đã biết, vậy thì cái còn lại là cái gì? Một trong những môn đệ của Đức Phật, Đại Đức Nagasena, thường dùng một ẩn dụ là "gió" để hàm chỉ Niết-bàn. Khi được hỏi rằng Niết-bàn là như thế nào, Nagasena thường hỏi lại người hỏi rằng vậy gió giống như thế nào, có màu sắc hay không, hình dạng ra sao, dày hay mỏng, dài hay ngắn. Và khi người hỏi miễn cưỡng đáp lại rằng điều này là không thể, thì Nagasena sẽ hỏi lại bóng bảy rằng vậy có thể tồn tại một căn cứ nào để có thể kết luận rằng gió không tồn tại hay không. Chắc chắn là không, Ngài kết luận, "Như thế đó, Niết-bàn tồn tại, nhưng không thể chỉ ra được". Đức Phật quả thật đoan chắc rằng Niết-bàn tồn tại và mặc dù không thể dùng ngôn từ để chỉ ra Niết-bàn là gì, Đức Phật vẫn giải thích rằng "chân hạnh phúc chính là Niết-bàn".

Phật Giáo Tiểu Thừa cho rằng Niết-bàn là một thế giới tồn tại khách quan, chân thực, hoàn toàn khác biệt về bản chất với môi trường sống của thế giới hiện thực. Thế giới của thế tục đầy thống khổ và rác rưởi, còn Niết-bàn là một cảnh giới thanh tịnh, không ưu sầu, không lo lắng. Phật Giáo Tiểu Thừa cho rằng, muốn đạt được đến cảnh giới cực lạc Niết-bàn thì nhất định phải xuất gia, hành trì và cấm dục. Phật Giáo Tiểu Thừa giảng nhiều về phương pháp giải thoát con người, nhưng lại bàn rất ít đến việc giúp đỡ người khác cùng giải thoát.

Trong cách nhìn của Phật Giáo Đại Thừa, hàm nghĩa của Niết-bàn lại rất khác. Phật Giáo Đại Thừa hoàn toàn phản

đối quan điểm tuyệt đối hóa phân biệt Niết-bàn và thế gian, cho rằng con người dù có đạt đến cảnh giới Niết-bàn thì cũng vẫn có sinh có tử. Phái Trung Quán Tông cho rằng cái gọi là Niết-bàn chính là nhận thức được bản chất chân thực của thế giới. Càng cố gắng thoát khỏi thế tục để đi tìm Niết-bàn thì lại càng xa rời Niết-bàn: bởi lẽ Niết-bàn chân chính không hề tách rời khỏi thế gian hiện thực. Do Phật Giáo Đại Thừa không tuyệt đối hóa phân biệt giữa Niết-bàn và thế gian, cho nên Phật Giáo Đại Thừa tuyệt đối không đặc biệt nhấn mạnh việc xuất gia tu hành mà ngược lại nhấn mạnh phải phổ độ chúng sinh khắp thế gian, không chỉ truy cầu Niết-bàn cho bản thân mà phải giúp đỡ người khác cùng đạt đến Niết-bàn.

Chương 5

LUẬN ĐỀ TÂM THỨC-CƠ THỂ

"Tâm làm chủ, Tâm dẫn đầu,
Tâm tạo tác tất cả các Pháp"

Đức Phật nói: *"Nhất thiết duy tâm tạo"* (tất cả là do tâm) - thế giới chúng ta sống là do Tâm chúng ta tạo ra. Không có Tâm, chúng ta sẽ sống mà không biết sự hiện hữu của mình. Triết gia Pháp Descartes (1596-1650) có câu nói bất hủ: *"Je pense - donc je suis"* (Tôi tư duy - vậy là tôi tồn tại) cũng có ý gần tương tự trong nỗ lực tìm kiếm lời giải đáp cho câu hỏi "Tôi là ai" của triết học. Đi sâu hơn nữa, các khoa học gia, các triết gia tự cổ chí kim vẫn cố gắng tìm hiểu xem các quá trình tâm thức phát khởi như thế nào bên trong cơ thể của mỗi con người. Tâm thức là gì? Tâm thức được phát khởi và hiện hữu như thế nào, ở dạng thức nào?… luôn luôn là những băn khoăn của giới học giả.

Trong chương sách này, chúng ta sẽ tìm hiểu cách nhìn của các nhà học giả, triết gia phương Tây, phương Đông và Phật Giáo về vấn đề tâm thức và quan hệ của tâm thức với cơ thể con người, cụ thể là với hoạt động của bộ não.

Nhà sinh lý học Robert Edwards (giải Nobel Y học 2010) từng nói: "Đối với tôi trên thế giới này chỉ có ba thứ mà tôi

cảm thấy mơ hồ nhất, nó khiến cho tôi và dường như tất cả mọi người vô cùng tò mò, đó là: tâm linh, vũ trụ và bộ não con người". Điều này có nghĩa là, cho đến nay, mặc dù đã trải qua một quá trình rất dài nghiên cứu bộ não, nhưng chúng ta dường như vẫn không biết nhiều về nó. Chúng ta lại càng mơ hồ hơn về thế giới của tâm linh. Thật đáng ngạc nhiên là chính con người đã khám phá biết bao nhiêu điều bí ẩn của tự nhiên nhờ bộ não và tâm trí, nhưng lại chưa hiểu được nhiều về chúng.

Về cơ bản, bộ não của chúng ta chỉ là một khối bao gồm 100 tỷ tế bào thần kinh trao đổi cho nhau các tín hiệu điện học và các tín hiệu hóa học (gọi chung là các xung động thần kinh) trong một mạng lưới gồm khoảng 100 triệu triệu các synapse (khớp thần kinh) có vai trò dẫn truyền các xung động thần kinh. Mỗi bộ phận của bộ não sẽ chịu những trách nhiệm khác nhau: có bộ phận điều khiển vận động, có bộ phận điều khiển ăn uống, có bộ phận điều khiển hành vi và cảm xúc… Nói một cách nôm na là tôi tức giận hay vui vẻ khi bộ não tôi muốn vậy và các chất thông tin hóa học đã sẵn sàng làm việc đó. Chúng ta có thể nói rằng các quá trình điện sinh hóa xảy ra bên trong bộ não lại được thể hiện ra ngoài bằng những hành vi cảm xúc như yêu ghét, tức giận, đau đớn và các ý tưởng… Câu hỏi rằng con người có phải đơn thuần chỉ là một cỗ máy sinh học hay không, con người có tự do ý chí hay không, bộ não có sinh ra tâm thức hay không hoặc là tâm thức cư ngụ ở đâu có lẽ sẽ còn là một thách thức lâu dài đối với khoa học và triết học.

Từ quan điểm triết học, bộ não đặc biệt khác hẳn các cơ quan khác ở chỗ là bộ não tạo ra tâm thức. Như Hippocrates[1] đã nói: "*Con người nên biết rằng chỉ có bộ não mới đem đến cho chúng ta vui buồn...*". Với những tiến bộ của khoa thần kinh học hiện đại, chúng ta đều biết rằng các quá trình sinh hóa-thần kinh dẫn đến các trạng thái tâm thức được xảy ra ở mức vi mô tại các tế bào thần kinh… Tuy nhiên, câu hỏi rằng các quá trình này xảy ra như thế nào vẫn được hiểu hết sức mù mờ. Con người đã hiểu biết khá cặn kẽ về hoạt động của từng cá thể tế bào não, nhưng cách thức phối hợp hoạt động của quần thể hàng triệu tế bào não vẫn lại là một mật mã chưa được giải.

Cho đến nay bộ não người và tâm linh vẫn là một ẩn số vô cùng lớn vượt thời gian.

Quan niệm duy vật luôn cho vật chất là cái có trước, ý thức là cái có sau và vật chất quyết định ý thức. Còn quan niệm của Phật Giáo thì cho rằng tâm thức sẽ tạo ra thế giới vạn vật, tức là: "*tam giới duy tâm, vạn pháp duy thức*" hay "*nhất thiết duy tâm tạo*", tất cả đều nói lên một ý rằng thế giới chúng ta đang sống được biến hiện qua tâm thức của con người (*Duy thức học*).

Vậy thì tâm thức được hiểu là gì, và quan hệ của tâm thức với cơ thể được diễn ra trong dạng thức nào? Chúng ta hãy dạo qua những khái niệm này và tìm hiểu xem các nhà

---

[1] Hippocrates (460 - khoảng 370 TCN): người Hy Lạp. Cha đẻ của y học phương Tây.

triết học, khoa học gia xưa và nay, và cuối cùng là Phật Giáo nhìn nhận như thế nào về những vấn đề này.

Bàn về tâm thức

Theo Tâm lý học phương Tây, *tâm thức (mind)*, đôi khi được gọi tắt là *Tâm*, là từ chỉ chung cho tập hợp các khía cạnh của *trí tuệ (intellect)* và *ý thức (consciousness)*, thể hiện trong sự kết hợp của tư duy, cảm nhận, cảm xúc, ý muốn, trí tưởng tượng v.v… Có thể nói tâm thức là dòng ý thức, bao gồm tất cả các quá trình có ý thức của bộ não. Đôi khi, trong một số ngữ cảnh, nghĩa của từ "tâm thức" còn bao hàm hoạt động của tiềm thức con người.

Có hai danh từ mà ta nên phân biệt ở đây: Ý thức và Tiềm thức. Ý thức được xem là một đặc tính của tâm thức bao gồm tính chủ quan, khả năng tự nhận thức, khả năng trải nghiệm hoặc cảm nhận, cảm giác về tự ngã... Nói một cách chính xác, Ý thức được hiểu là trạng thái nhận thức của con người về một đối tượng bên ngoài hoặc bên trong mình. Mặc dù rất khó định nghĩa, nhiều nhà triết học tin rằng có một trực giác chung về "ý thức là gì". Như các giáo sư Max Velmans và Susan Schneider viết trong cuốn sách *The Blackwell Companion to Consciousnes*: "Bất cứ điều gì mà chúng ta nhận thức ở một thời điểm đều tạo nên một phần ý thức của chúng ta…"

Trong khi ý thức cho phép chúng ta nhận biết một cách tự giác, lựa chọn và ghi nhớ sự việc "một cách có ý thức",

dựa trên cơ sở nhận thức lý tính, tri thức, giá trị, lô-gíc và các giác quan thông thường, thì tiềm thức lại ghi nhớ một cách vô thức tất cả những trải nghiệm của cuộc đời: những gì chúng ta đã từng nhìn, nghe hay bất kỳ những thông tin nào được bộ não thu góp mà không xử lý. Khoa học cho rằng những quá trình tư duy của não mà con người không nhận thức được chính là hoạt động tiềm thức của não. Những hoạt động tiềm thức này của não giữ một vai trò đáng kể trong đời sống tâm linh của con người. Tại mỗi giây phút, biết bao luồng thông tin từ những cơ quan bên trong cơ thể và thế giới bên ngoài được đưa đến não và để lại dấu vết ở đó. Tuy nhiên không phải thông tin nào cũng được nhận thức của con người ghi nhận. Thí dụ một người nào đó đang đi dạo trên đường phố, tai nghe thấy một điệu nhạc du dương. Âm thanh này có thể không đi vào nhận thức nếu như lúc đó con người kia đang mải mê suy nghĩ về một chuyện gì khác. Tuy nhiên, điệu nhạc đó đã được lưu vào bộ não "một cách vô thức" và để lại trong bộ não dấu vết của nó. Sau này, một lúc nào đó, dấu vết đó có thể bất ngờ "hiện ra", thường là trong giấc ngủ… Rất nhiều trường hợp, trong một khung cảnh nào đó, ta đột nhiên thấy hồi hộp hay lo âu, mơ hồ linh cảm về một điều gì, thì những cảm xúc này phát khởi chính là từ những dấu vết vô thức được lưu trong tiềm thức của bộ não tại một lúc nào đó trong quá khứ. Có rất nhiều thực tế khẳng định sự tồn tại của linh cảm là vì vậy.

Có nhiều học thuyết về tâm thức và hoạt động của tâm thức. Các nghiên cứu cổ xưa nhất được ghi nhận về tâm thức

là của Đức Phật, Plato[1], Aristotle[2], Adi Shankara[3] và các triết gia Hy Lạp và Ấn Độ cổ khác. Các học thuyết tiền khoa học, dựa trên thần học, tập trung vào mối quan hệ giữa tâm thức và linh hồn - cái được cho là tinh túy siêu nhiên trời cho của con người. Các lý thuyết hiện đại, dựa vào hiểu biết khoa học về bộ não, cho rằng tâm thức là một hiện tượng của bộ não và đồng nghĩa với ý thức. Bởi vậy trong khoa thần kinh học phương Tây hiện đại, nói về tâm thức tức là nói về ý thức, và ngược lại. Tuy nhiên, về phương diện triết học thì tâm thức bao hàm ý nghĩa rộng hơn nhiều.

Người ta bàn cãi nhiều về câu hỏi: tâm thức bao gồm những thuộc tính gì? Một số cho rằng tâm thức chỉ bao gồm các chức năng trí óc "bậc cao": cụ thể là lý tính và trí nhớ. Trong cách nhìn này, các cảm xúc như yêu, ghét, sợ, vui được coi là mang nặng bản chất "nguyên thủy" hay "chủ quan", và do vậy được nhìn nhận khác với tâm thức. Những người khác tranh luận rằng không thể tách rời hai mặt lý tính và cảm xúc của một con người, rằng chúng có cùng bản chất và nguồn gốc, và rằng cả hai đều nên được xem là một phần của tâm thức cá nhân.

Các triết học tâm thức thường rất khác biệt trong cách nhìn nhận về tâm thức và bộ não. Đã có nhiều tranh luận về quan hệ giữa tâm thức đối với bộ não và hệ thống thần kinh

---

[1] Plato (424/423-348/347 TCN): Triết gia Hy Lạp cổ đại.

[2] Aristotle (384-322 TCN): Triết gia Hy Lạp cổ đại. Học trò của Plato.

[3] Adi Shankara (789 CE): Triết gia người Ấn Độ.

của con người, và những tranh luận này đã làm khởi phát "*Luận đề Tâm thức-Cơ thể" (mind-body problem)*. Những tranh luận này xoay quanh cách diễn giải mối quan hệ tồn tại giữa tâm thức, hay các quá trình tinh thần, với các trạng thái hay quá trình thuộc về cơ thể. Trong mối quan hệ này, bộ não được định nghĩa là phần vật chất vật lý và sinh học chứa trong sọ não, chịu trách nhiệm cho tất cả các hoạt động thần kinh của cơ thể. Tâm thức, ngược lại, được xem như những đặc tính về mặt tâm thần. Mục đích chính của các nhà triết học hoạt động trong lĩnh vực này là xác định bản chất của tâm thức và các trạng thái/quá trình tinh thần, và có hay không và như thế nào, tinh thần bị ảnh hưởng và ảnh hưởng tới cơ thể. Các trải nghiệm của chúng ta phụ thuộc vào sự kích thích đến từ các cơ quan cảm giác từ thế giới bên ngoài, và những kích thích này gây ra những thay đổi trong trạng thái tinh thần, cuối cùng khiến chúng ta có một cảm giác gì đó, vui buồn, dễ chịu hoặc không dễ chịu. Câu hỏi là làm thế nào để những kinh nghiệm tâm thức rất vô hình này lại có thể nảy sinh từ một đám chất xám (trong não) vốn không có gì đặc biệt ngoài những thuộc tính điện tử!

Hiểu biết gốc gác quan hệ giữa tâm thức và bộ não, mà ta gọi là "*Luận đề Tâm thức-Cơ thể"*, là một trong những vấn đề trung tâm trong lịch sử triết học, là một thách thức rất lớn cho cả triết học, khoa học và các tôn giáo, hiện tại và cả trong tương lai.

Trong phần dưới đây, chúng ta sẽ bàn về ba chủ đề có liên quan đến bộ não và ý thức: (1) cấu tạo và hoạt động của

bộ não qua các nghiên cứu của khoa học hiện đại; (2) quan niệm về sự hình thành nhận thức trong hoạt động của bộ não của các nhà khoa học và triết học đương đại; (3) và cuối cùng là cách nhìn của Phật Giáo về cái gọi là tâm thức hay nhận thức của con người.

Bộ não người và hệ thống thần kinh trung ương

Ở động vật, bộ não, hay còn gọi là óc, là trung tâm điều khiển của hệ thần kinh trung ương, chịu trách nhiệm điều khiển hành vi. Ở hầu hết các loài động vật, não được đặt trên đầu, được bảo vệ bởi hộp sọ, và gần với các giác quan chính như thị giác, thính giác, vị giác, khứu giác và cơ quan cảm giác về thăng bằng.

Não là một cơ quan vô cùng phức tạp. Với khối lượng chỉ khoảng 1,4 kg, não người có hơn 100 tỉ tế bào thần kinh (neuron). Những tế bào thần kinh cũng là tế bào giống như các tế bào khác, gồm có màng và nhân. Tuy nhiên, những tế bào thần kinh này có khả năng đặc biệt là có thể thu nhận kích thích và dẫn truyền xung động thần kinh tới các tế bào khác ở một cự ly dài. Các tế bào thần kinh khác nhau về kích thước và hình dáng, nhưng mỗi tế bào thần kinh đều có một thân (sợi trục) và một hoặc nhiều sợi nhỏ hơn mọc ra từ bề mặt của thân tế bào gọi là các nhánh cành. Các nhánh cành này có trách nhiệm tiếp nhận thông tin và truyền về thân tế bào thần kinh. Nhánh cành có nhiều tua gai như mô tả trong hình vẽ. Sợi trục có vai trò dẫn xung động đi khỏi thân tế bào

và thường được bao bọc bằng chất myelin do các tế bào thần kinh đệm tạo nên. Tập hợp các nhánh trục có bao myelin tạo nên chất trắng trong bộ não. Còn cái mà mọi người thường biết là chất xám trong bộ não chủ yếu gồm các thân tế bào thần kinh. Chất xám và chất trắng là hai thành phần chủ yếu của bộ não.

Trước khi thay đổi hình dạng để trở thành một cơ quan chuyên biệt thì tế bào não là một phần của đám tế bào không khác biệt với các loại tế bào khác. Hệ thần kinh trung ương được hình thành rất nhanh ngay khi còn trong phôi người vì nó phải kiểm soát các hoạt động trọng yếu sau này. Trong 21 ngày đầu tiên, hệ thần kinh chiếm 90% khối

lượng phôi, sau 3 tháng giảm xuống còn 70% khối lượng phôi, sau đó là 40% ở trẻ sơ sinh và cuối cùng là chỉ còn lại 2% ở người trưởng thành. Khoa học đã chứng minh các tế bào thần kinh chỉ chiếm 10% tổng số tế bào não. 90% còn lại, vốn chiếm một nửa khối lượng não, gọi là "tế bào thần kinh đệm" hay "tế bào thần kinh giao".

Bề mặt vỏ não là một nơi phức tạp gồm rất nhiều nếp gấp, nếp gấp hằn mờ gọi là sulci, hằn sâu gọi là gyri. Những nếp gấp, uốn khúc cho phép bộ não tiết kiệm diện tích và do đó tăng cường khả năng xử lý cao hơn nhờ vào sự nhỏ gọn của hộp sọ.

Bộ não liên lạc và điều khiển hoạt động của cơ thể thông qua tuỷ sống và những sợi dây thần kinh. Tuỷ sống to cỡ đầu ngón tay, dầy và mềm, chạy dọc suốt sống lưng, là nơi chuyển tiếp các thông tin đến và đi của bộ não. Từ tủy sống, các dây thần kinh toả ra khắp nơi, chuyển tải các xung động thần kinh đến và đi từ các cơ quan trong cơ thể.

Độ phức tạp trong khả năng kết nối các tế bào thần kinh của bộ não là nỗi kinh hoàng có thể cho cả những siêu máy tính trong tương lai. Mỗi tế bào thần kinh có khả năng liên kết với khoảng 10 ngàn tế bào thần kinh khác qua các đầu kết nối gọi là synapse. Vì có thể nhận tín hiệu từ 10 ngàn tế bào thần kinh và truyền tin cho 10 ngàn tế bào thần kinh khác, nên mỗi tế bào thần kinh có thể liên kết với khoảng 100 triệu tế bào thần kinh. Có thể nói mỗi bộ não người được cấu thành gồm hàng tỷ các "cỗ máy vi tính" là các tế

bào thần kinh này. Mỗi tế bào nhận thông tin từ các tế bào khác, xử lý, và rồi chuyển kết quả cho các tế bào thần kinh khác nữa. Các tế bào thần kinh kết nối không phải chỉ với tế bào đứng trước hoặc sau nó, mà là có thể kết nối thẳng, trực tiếp với hàng ngàn các tế bào khác làm thành một mạng lưới khổng lồ. Vì thế số mạng tế bào thần kinh, yếu tố quyết định khả năng tư duy, nhận thức hay cảm xúc của bộ não, đạt tới con số khủng khiếp.

Đồng thời với khoảng một triệu kết nối mới tạo thành trong một giây, với hình thái và trọng số kết nối luôn thay đổi, nên trên thực tế mỗi bộ não là một cấu trúc động duy nhất, theo nghĩa không thể nào có hai bộ não giống nhau. Chính nhờ các kết nối luôn thay đổi đó mà kí ức được ghi nhớ, hành vi được học tập và nhân cách được hình thành, bằng cách tăng cường các kiểu kết nối này hay dập tắt các kiểu kết nối khác.

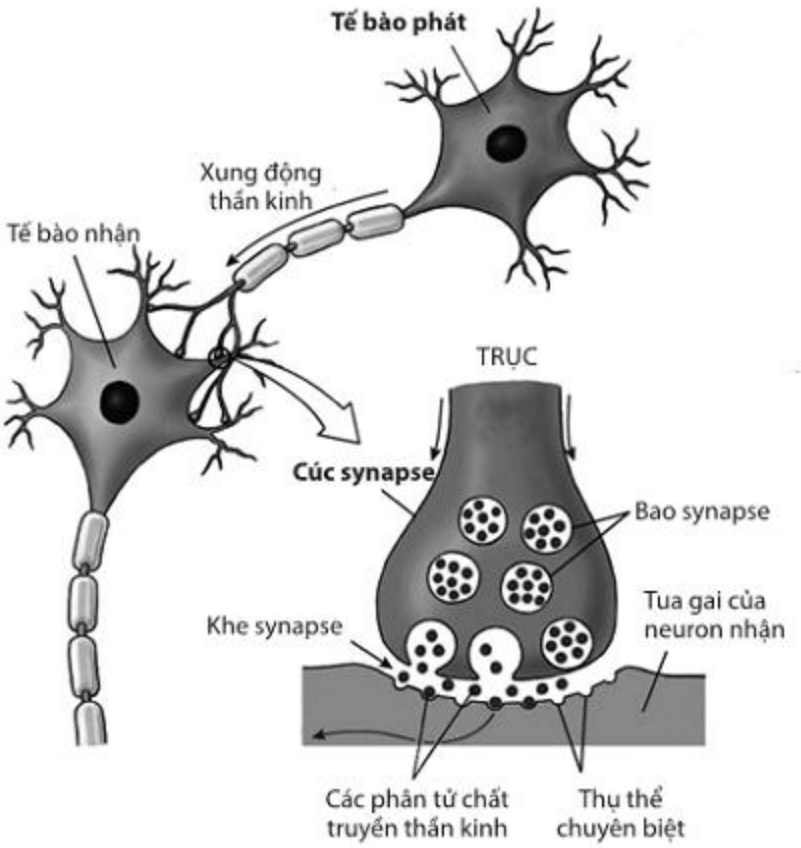
Các tế bào thần kinh truyền tin như thế nào? Ramón y Cajal (1852-1934), cha đẻ của khoa học thần kinh hiện đại, qua sự khảo sát kĩ càng về mô học đã phát hiện ra giữa các tế bào thần kinh có một khe hở rộng từ 20 đến 40 nm[1], mà ngày nay chúng ta gọi là khe synapse. Sự tồn tại của khe hở này dẫn đến suy đoán rằng sự liên lạc giữa các tế bào thần kinh diễn ra là do các tín hiệu hóa học được truyền qua khe synapse này. Vào năm 1921, nhà dược lí học người Đức Otto

---

[1] nm (nanometer): 1nm = $1x10^{-9}$ mét.

Loewi (1873-1961) đã xác nhận rằng các tế bào thần kinh có thể liên lạc với nhau bằng cách giải phóng các chất hóa học qua khe synapse. Những nghiên cứu khoa học hiện đại đã xác nhận rằng sự truyền tin giữa các tế bào thần kinh được thực hiện nhờ sự chuyển động của những hóa chất nội sinh gọi là chất dẫn truyền thần kinh (neurotransmitters) qua khe synapse giữa các tế bào thần kinh. Quá trình cụ thể là như thế này.

Cơ cấu truyền tin giữa các tế bào thần kinh



Mỗi tế bào thần kinh nhận tín hiệu từ các tua gai, xử lý chúng tại thân tế bào, sau đó "bắn" một tín hiệu bằng một xung điện theo nhánh trục của nó tới tế bào thần kinh kế tiếp. Nhánh trục của một tế bào thần kinh phát tín hiệu không trực tiếp tiếp xúc với những tua gai của các tế bào thần kinh nhận

tín hiệu mà là qua đầu kết nối synapse. Mỗi synapse gồm có một cái bướu phình ra như hình cái nấm ở đầu cuối của nhánh trục, gọi là "cúc synapse" (synaptic knob). Các chất dẫn truyền thần kinh được chứa trong các bao nhỏ trong cúc synapse này. Khe hở giữa cúc synapse của tế bào thần kinh phát tín hiệu và bề mặt tua gai của tế bào thần kinh nhận tín hiệu gọi là "khe synapse" (synaptic cleft). Khi một xung điện truyền từ thân của một tế bào thần kinh theo sợi trục xuống tới cúc synapse, các chất dẫn truyền thần kinh trong bao nhỏ ở cúc synapse sẽ được giải phóng và khuếch tán vào khe synapse, tại đây chất dẫn truyền thần kinh sẽ được gắn vào các thụ thể chuyên biệt (neuroreceptor) ở bề mặt của tua gai thuộc tế bào thần kinh nhận tín hiệu. Điều này khiến cho các kênh Ion (Ion channels) nằm trên màng của các tua gai mở ra, cho phép các ion tràn vào tua gai của tế bào thần kinh nhận tín hiệu và làm thay đổi điện thế của các tua gai này. Ta có thể tóm gọn toàn bộ quá trình truyền tin giữa hai tế bào thần kinh trong ba bước như sau: đầu tiên là xung điện được bắn ra trên nhánh trục của tế bào thần kinh phát, theo sau là sự giải phóng và di chuyển của các chất dẫn truyền thần kinh vào khe synapse, và cuối cùng là xung điện mới được kích hoạt trên tua gai của tế bào thần kinh nhận. Mỗi tế bào thần kinh nhận một loạt các tín hiệu từ các tua gai của nó, gom lại và xử lý chúng tại thân tế bào, và dựa trên kết quả tổng hợp này mà điều chỉnh cường độ của tín hiệu bắn tới các tế bào thần kinh tiếp theo. Bằng cách này mà tín hiệu có thể truyền từ một tế bào thần kinh này sang một tế bào thần kinh khác và cuối cùng tới tế bào đích ở một cự ly thậm chí rất xa.

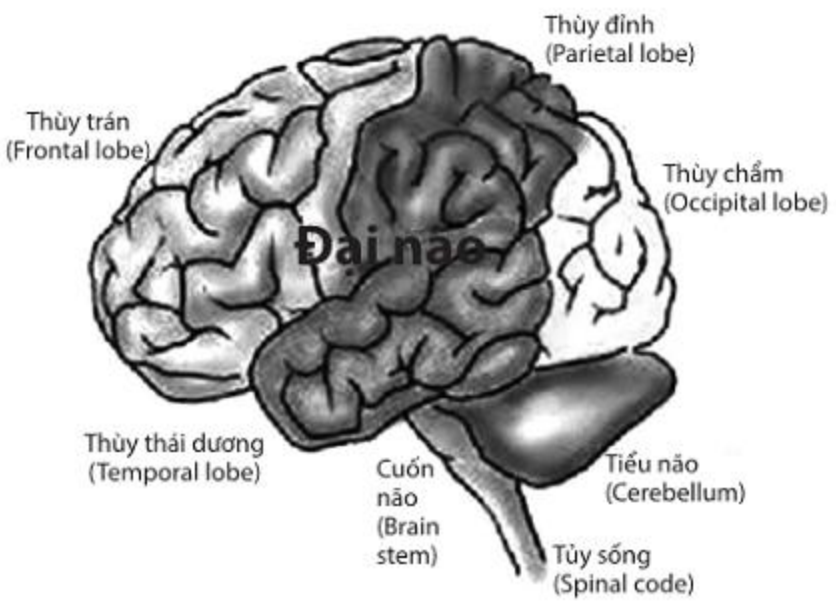
Có thể tưởng tượng rằng mỗi tín hiệu giống như một tin nhắn, và tế bào thần kinh sẽ tùy vào sự phối hợp của các tín hiệu nhận được mà bắn đi những tín hiệu đến các tế bào thần kinh khác, làm thành những mạng kết nối để điều hợp những trạng thái tâm thức. Chúng ta có thể hình dung khi một mạng kết nối được tạo ra, ký ức mới được ghi lại, những tế bào thần kinh mới được tạo thêm, cùng với sự điều tiết của một số chất hóa học - đã tạo nên những trạng thái tâm thức khác nhau. Những synapse nào thường được dùng đến sẽ trở nên mạnh mẽ và kiên cố, trong khi nếu không được dùng đến lại sẽ yếu đi và tự hủy.

Trong các hoạt động của não có ảnh hưởng đến các trạng thái tâm sinh lý, vai trò của các hóa chất truyền thần kinh là rất lớn. Theo phân tích của khoa thần kinh học hiện đại, những cảm giác vui buồn hay đau khổ của chúng ta là do những hóa chất này tiết ra trên não bộ. Hai hóa chất truyền thần kinh đứng đầu là Glutamate kích thích sự tiếp nhận cảm giác, và GABA cản trở sự tiếp nhận. Những hóa chất khác có tác động trên não bộ là Serotonin điều hòa tính khí, giúp tiêu hóa và dễ ngủ, thường được dùng trong những thuốc chống trầm cảm; Dopamine cho những cảm giác dễ chịu, phấn khích đến mạo hiểm; Norepinephrine tạo sự cảnh giác và tỉnh táo; Opioid là chất làm giảm stress, xoa dịu những đau đớn và gợi những cảm giác khoái lạc, trong đó có endorphin; Oxytocin kích thích tình yêu thương và nuôi dưỡng những liên hệ tình cảm giữa người lớn và trẻ con, giữa nam và nữ; Cortisol được điều tiết để phản ứng với tình trạng bị stress…

Fransis Crick (1916-2004), nhà sinh vật học và thần kinh học nổi tiếng người Anh, trong cuốn sách của ông với tựa đề *The Astonishing Hypothesis*: *The Scientific Search for The Soul* (1994) đã cho thấy cách nhìn rất trực diện của riêng ông về vấn đề bộ não làm việc như thế nào. Crick nói rằng: *"...những niềm vui và nỗi buồn của bạn, trí nhớ và tham vọng của bạn, cảm giác của bạn về tự tính cá nhân, về ý chí tự do, thực tế không gì khác hơn là hành vi của các tế bào thần kinh và các phân tử của chúng..."*. Theo Crick, toàn bộ cuộc sống tinh thần của chúng ta được hình thành dựa trên hành vi của các tế bào thần kinh biểu hiện qua việc điều chỉnh tăng giảm cường độ của các tín hiệu trong quá trình dẫn truyền trong mạng thần kinh.

Cấu trúc bộ não

Các vùng chính của bộ não



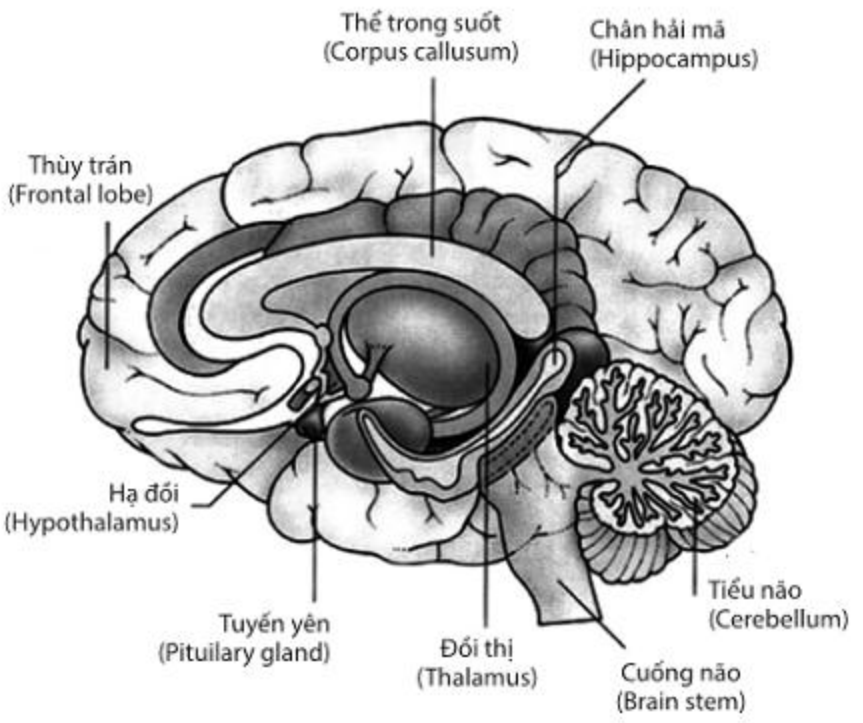
Não gồm có ba phần: đại não, trung não và tiểu não. Đại não ở phía trên là phần lớn nhất, nằm trên thân não giống như phần mũ của cây nấm. Đó là phần cấu trúc não được phát triển muộn nhất, liên quan với các hoạt động nhận thức phức tạp. Bao phủ phía ngoài đại não là vỏ não, liên quan nhiều với quá trình tạo các quyết định có ý thức. Trung não ở giữa điều hành những hoạt động cảm quan và các tuyến nội tiết, tiểu não ở phía dưới não điều khiển các cử động và bản năng.

Đại não được chia làm bốn vùng chính với nhiều chức năng khác nhau: vùng thùy trán (frontal lobe), vùng thùy đỉnh (parietal lobe), vùng thùy chẩm (occipital lobe) và vùng thùy thái dương (temporal lobe). Theo chức năng, thùy chẩm ở phía sau, liên quan với thị giác; thùy đỉnh phía trên thùy chẩm, gắn với vận động, định vị không gian và tính toán. Sau tai và thái dương là thùy thái dương, kết nối với âm thanh, tiếng nói và một số yếu tố kí ức. Phía trước là thùy trán và thùy trước trán, thường được xem là những vùng phát triển và "con người" nhất, gắn bó với tư duy phức tạp, ra quyết định, lên kế hoạch, hình thành quan niệm, điều khiển sự chú ý và kí ức hoạt động. Chúng cũng liên quan với các cảm xúc xã hội phức tạp như tình cảm, đạo đức...

Phía trước của thùy trán là vùng vỏ não trước trán (Prefrontal Cortex - PFC). Vùng này có trách nhiệm trong việc đặt kế hoạch cho những hành vi nhận thức phức tạp, biểu hiện tính cách, ra quyết định và điều phối các hành vi

xã hội. Hoạt động chính của vùng này là điều hòa những suy nghĩ và hành động cho phù hợp với mục đích nội tại của mỗi cá thể.

Trung não có Hệ thống thần kinh vòng viền (Limbic system), được gọi tắt là hệ viền, là trung tâm chức năng của cảm xúc, hành vi và trí nhớ dài hạn, gồm tập hợp nhóm hạt nhân bên trong đồi thị của não gọi là hạch nền (basal ganglia) cho việc lựa chọn hành động, duy trì hành vi và thói quen; chân hải mã (hippocampus) củng cố thông tin từ trí nhớ ngắn hạn sang trí nhớ dài hạn và định vị không gian; hạch hạnh nhân (amygdale) xử lý trí nhớ và những phản xạ cảm thọ; vùng dưới đồi não (hạ đồi - hypothalamus) điều hành những cảm giác bản năng như đói khát v.v…, kích thích tuyên yên (pituitary gland) tiết ra những chất endorphine, stress hormones và oxytocin… ảnh hưởng lên trạng thái tâm sinh lý.



Diễn tiến căn bản của các phản ứng trong não

Aristotle (384-322 TCN) được ghi nhận với việc phân loại truyền thống của năm giác quan mà trong Phật Giáo gọi là "*căn*": thị giác, thính giác, khứu giác, vị giác, xúc giác. Trở lại những năm 1760, nhà triết học người Đức nổi tiếng Immanuel Kant (1724-1804) đã đề xuất rằng hiểu biết của chúng ta về thế giới bên ngoài phụ thuộc vào trạng thái nhận thức của chúng ta thông qua năm giác quan (vấn đề này đã được Đức Phật giải thích 2.500 năm trước). Mỗi trong số năm giác quan của con người bao gồm các cơ quan với cấu trúc tế bào chuyên biệt có bộ phận thụ cảm (gọi là "thụ thể" - receptor) cho những kích thích riêng biệt. Những tế bào này liên kết đến hệ thống thần kinh và từ đó dẫn đến não bộ. Cảm biến được thực hiện ở các cấp độ thô sơ trong các tế bào này và tích hợp thành cảm giác trong hệ thống thần kinh. Thị giác có lẽ là cảm giác phát triển nhất trong con người, theo sau là thính giác.

Dựa trên các quan sát khoa học, khi mắt nhìn thấy một đối tượng lạ, vùng vỏ não thùy chẩm (occipital cortex) ghi nhận hình ảnh, ngay lập tức chuyển hình ảnh mới nhận đến hai vùng khác nhau là chân hải mã (hippocampus) để đánh giá thông tin dựa trên những ký ức mới lưu giữ ngắn hạn, và vùng vỏ não trước trán (prefrontal cortex) để phân tích sâu hơn với những ký ức cũ lưu giữ dài hạn. Chân hải mã sẽ báo động hạch hạnh nhân (amygdale) nếu thấy hình ảnh này có tính cách đe dọa, và hạch hạnh nhân sẽ hoạt động như một

cái chuông báo động cho toàn thể hệ thống thần kinh não bộ và hệ thống hormones. Trong khi đó, vùng vỏ não trước trán làm việc chậm hơn khi phân tích hình ảnh nhận được với các ký ức cũ lưu giữ dài hạn và sẽ đưa ra quyết định cuối cùng là có nên phản ứng (hoặc đối diện hoặc tránh né) hay không. Thí dụ như khi có một vật thể lạ bay lao vào trước mặt ta thì hạch hạnh nhân sẽ báo động ngay tức khắc về sự nguy hiểm: hai mắt ta lập tức nhắm nghiền lại và người sẽ nghiêng xuống để tránh vật thể lạ. Phản ứng tức khắc ấy là vô thức, do hạch hạnh nhân phát khởi, trong khi các bộ phận có thẩm quyền ở vùng vỏ não trước trán vẫn còn đang "lề mề" xử lý những kích thích giác quan mới nhận. Như thế những quyết định có ý thức có thể nói là chậm hơn trong khi phản ứng sợ hãi đã được kích hoạt tức thời một cách vô thức. Có thể thấy ngay rằng vùng hạch hạnh nhân ở dưới lập nền tảng cho những động cơ và ý định qua những cảm quan và đánh giá đầu tiên, và vùng vòng cung vỏ não trước trán ở trên sẽ kiểm soát lại những ý định này và kiềm chế chúng theo sự cân nhắc và suy tính lâu dài.

Năm 1981, nhà tâm lý học người Anh Norman F. Dixon đề xuất lý thuyết xử lý đối ngẫu. Cũng giống như cách giải thích ở trên, Dixon cho rằng bộ não có hai hệ xử lý tín hiệu, hệ tiềm thức và hệ ý thức. Hệ tiềm thức nằm ở các vùng dưới vỏ não, có nhiệm vụ xử lý sơ bộ các thông tin trước khi chuyển lên hệ ý thức nằm nơi vỏ não. Hệ tiềm thức xác định ý nghĩa cảm xúc của kích thích tốt hơn việc ra các quyết định hợp lý về chúng. Khi phát hiện thông tin quan trọng,

nó chuyển ngay lên vỏ não để hệ ý thức xử lý và ra quyết định. Khác với hệ ý thức có độ nhạy kém và chỉ xử lý từng thông tin một, hệ tiềm thức vận hành một cách tự động và có hai đặc trưng cơ bản. Đầu tiên, nó xử lý đồng thời các thông tin đến từ nhiều nguồn. Tiếp theo, và quan trọng hơn, nó có ngưỡng kích thích thấp hơn nhiều so với hệ ý thức. Nói cách khác, hệ tiềm thức có thể nắm bắt và giải mã các tín hiệu rất nhỏ yếu mà hệ xử lý ý thức không nắm bắt được. Vì rằng con người có hệ ý thức phát triển như một đặc trưng "người" nhất nên hệ tiềm thức bị chèn ép và các bản năng sinh học suy thái dần. Tuy nhiên qua thiền tập, thôi miên hay qua luyện tập một số công phu đặc biệt, có thể khôi phục phần nào các bản năng đó. Động vật có hệ tiềm thức khá phát triển, nên có thể phát hiện sớm các tai biến như động đất hay sập nhà do ghi được các biến đổi vật lý cảnh báo rất nhỏ yếu từ môi trường.

Những nhận định trên đây khiến ta phải tự hỏi rằng cuối cùng thì con người có tự do ý chí hay không? Năm 1978, nhà sinh lý học Mỹ Benjamin Libet (1916-2007) công bố một thí nghiệm qua đó làm dấy lên một cuộc tranh luận sôi nổi. Những người tham gia thí nghiệm phải quan sát hai điểm, song được tùy ý lựa chọn điểm bên phải hay điểm bên trái và tương ứng, ấn một cái nút hoặc bằng tay phải hay bằng tay trái. Cùng trong lúc ấy, Benjamin Libet dùng máy ghi điện não đồ EEG (electroencephalogram) ghi các dòng điện đi ra từ bộ não. Ông thấy rằng trước khi có quyết định có ý thức chừng một giây, các dòng điện não điển hình

đã xuất hiện: từ đó có thể suy ra trước được hành động của người làm thí nghiệm. Tức là máy đã ghi nhận được tín hiệu một giây trước khi người làm thí nghiệm thật sự ý thức được nó. Có vẻ như rằng quyết định có ý thức thuần túy chỉ là trò tự lừa mình. Ý thức chẳng qua nhận được một tin ngắn gọn về quyết định, còn quyết định vốn đã được soạn thảo từ trước đó. Dường như các quyết định có ý thức và "tự do ý chí" chỉ là một ảo tưởng, và hữu thức đã được quyết định trong não bộ vô thức từ trước. Dù vậy, Libet vẫn nhìn thấy khoảng trống cho những quyết định tự do: rằng con người vẫn có thể hủy một quyết định vô thức một khi mục tiêu của cái vô thức ấy không phù hợp với giá trị và chuẩn mực của con người.

Đến đây chúng ta đã có thể tạm thời trả lời cho câu hỏi "làm sao tôi biết tôi là ai" mà các nhà triết học phương Tây lâu nay vẫn đau đáu tìm kiếm: tôi biết tôi là ai, vì các giác quan của tôi truyền tín hiệu đến các tế bào thần kinh trong não bộ, ở đó chúng nhanh chóng lan tỏa trong các mạng kết nối phức hợp, rồi từ đó làm nảy sinh ra một cái gì đó vô cùng phức tạp và trừu tượng, tạo nên những trạng thái tâm thức rất khác nhau và đa dạng, giúp cho tôi nhận biết được tư duy của mình và hình dung được sự hiện hữu của mình… Cái phức tạp và trừu tượng được nảy sinh ra đó gọi là "cảm xúc" của con người.

Câu hỏi "làm sao tôi biết tôi là ai" vậy có thể tạm gọi là đã có câu trả lời. Thế nhưng một câu hỏi khác vẫn còn treo lơ lửng, rằng thế thì "cái phức tạp và trừu tượng ấy" đã được

nảy sinh như thế nào, có gì liên hệ giữa vô vàn những mạng kết nối thần kinh phức hợp đó với các trạng thái cảm xúc vốn rất đa dạng của con người. Và cho đến nay các nhà thần kinh học vẫn còn đang tiếp tục mò mẫm đi tìm câu trả lời…

Việc nghiên cứu hoạt động của não bộ càng ngày càng được hỗ trợ rất nhiều bởi những công nghệ hiện đại trong thế kỷ 20. Máy ghi điện não đồ (EEG) được bác sĩ thần kinh người Đức Hans Berger phát minh năm 1929. Những năm 60 máy cảm biến từ trường cực nhạy đã đo được từ trường và tính được nguồn điện trong não. Trong những năm 70 và 80 có ghi nhận thêm nhiều phương pháp đo diễn biến hóa học thần kinh trong não. Gần đây từ những năm 90, các phương pháp cung cấp hình ảnh như chụp X-quang cắt lớp bằng vi tính và chụp cộng hưởng từ đã cung cấp cho chúng ta những hiểu biết tuyệt vời về bộ não. Không ít các nhà nghiên cứu não bộ do quá phấn khích và lạc quan trước những phát minh mới đã cho rằng, sớm muộn một ngày nào đó, những nghiên cứu của họ sẽ làm cho giới triết học và tâm lý học hiện đại bị "thất nghiệp". Mơ ước cháy bỏng của họ là bước nhảy ngoạn mục từ việc nghiên cứu thuần túy hoạt động của não bộ lên tầng cao của triết học duy thức. Tiếc thay cái hố ngăn giữa hiểu biết não bộ và triết học duy thức trên thực tế lại quá rộng. Còn rất lâu nữa chúng ta mới có thể hiểu nổi cơ chế sản sinh ra tinh thần và ý thức trong não bộ. Và câu hỏi rằng, "tại sao một điều gì đó bằng cách nào đó lại mang lại cho chúng ta một cảm giác nào đó", vẫn còn là một bí ẩn cho khoa học và tâm lý học hiện đại.

Vậy thì Phật Giáo có kiến giải đặc biệt gì về nan đề này không, từ hơn 2.000 năm trước? Chúng ta sẽ tìm hiểu chi tiết trong chương VI: Bàn về Duy thức học.

Tâm thức trong cách nhìn của các nhà học giả phương Tây

Trong triết học tâm thức, *Nhất Nguyên Luận (Monism)* và *Nhị Nguyên Luận (Dualism)* là hai trường phái tư tưởng chính nỗ lực giải quyết "Luận đề Tâm thức-Cơ thể".

Nhất Nguyên Luận là quan niệm thần học và siêu hình học cho rằng tất cả thế giới đều thuộc về một bản chất, nguyên lý, chất hay năng lượng. Tất cả đều có một khởi nguyên. Khởi nguyên này có thể là khởi nguyên vật chất (thuyết nhất nguyên duy vật) hoặc khởi nguyên tinh thần (thuyết nhất nguyên duy tâm).

Nhị Nguyên Luận là một học thuyết triết học thừa nhận sự tồn tại độc lập của hai thực thể. Có nhiều dạng nhị nguyên, một trong số đó là thuyết nhị nguyên về triết học xem vật chất và ý thức (hay tinh thần) tạo thành hai nguồn gốc của thế giới. Đây là quan điểm của một số nhà triết học trong việc giải quyết mặt thứ nhất vấn đề cơ bản của triết học: giữa ý thức và vật chất cái nào có trước, cái nào có sau, cái nào quyết định cái nào.

Còn một trường phái khác có thể nói là rất gần gũi với triết học Phật Giáo là *Bất Nhị nguyên luận (nondualism)* mà chúng ta sẽ bàn đến sau này.

Trong "Luận đề Tâm thức-Cơ thể", Nhất Nguyên Luận thì cho rằng tâm thức đồng nhất với bộ não hoặc là một hoạt động tinh thần của bộ não, còn Nhị Nguyên Luận cho rằng tâm thức và bộ não là hai thực thể riêng biệt.

Hầu hết các nhà triết học tâm thức hiện đại theo đuổi lập trường duy vật lý đơn giản (quy các hiện tượng của tâm thức về các hiện tượng vật lý một cách đơn giản) hay phi đơn giản (không quy các hiện tượng tâm thức về các hiện tượng vật lý một cách đơn giản), đều có những cách tiếp cận khác nhau trong quan điểm chung rằng tâm thức không phải là thứ gì đó tách rời khỏi cơ thể. Trường phái duy vật đơn giản xem tất cả các trạng thái tinh thần và các đặc tính có tính ý thức đều có thể giải thích một cách khoa học bằng các trạng thái và các quá trình sinh lý. Còn phái duy vật phi đơn giản xem rằng mặc dù bộ não là tất cả đối với tâm thức hay ý thức nhưng lô-gic hay ngữ pháp và từ vựng dùng để diễn tả tinh thần cũng có vai trò vô cùng quan trọng, và không thể quy đơn giản thành ngôn ngữ hay khoa học vật lý thô thiển. Những cách tiếp cận này đặc biệt có ảnh hưởng trong khoa học, nhất là sinh học xã hội, khoa học máy tính, tâm lí học tiến hóa và khoa học thần kinh.

Tuy nhiên, các nhà triết học khác, những người không chấp nhận cách giải thích duy vật như trên, cho rằng tâm thức không thể coi là một cấu trúc thuần túy sinh lý.

Các nghiên cứu còn đang tiếp tục trong bộ môn não học sẽ giúp trả lời rõ ràng các quan điểm trên trong tương lai, tuy nhiên còn rất xa nếu xét những gì đã đạt được và

trong khi chờ đợi các nhà triết học hiện đại về tâm thức tiếp tục đặt nghi vấn rằng liệu các thuộc tính chủ quan và mục đích chủ ý của các trạng thái tinh thần khác nhau có thể giải thích được chỉ bằng cách hiểu tự nhiên luận.

Quan điểm của trường phái Nhị Nguyên

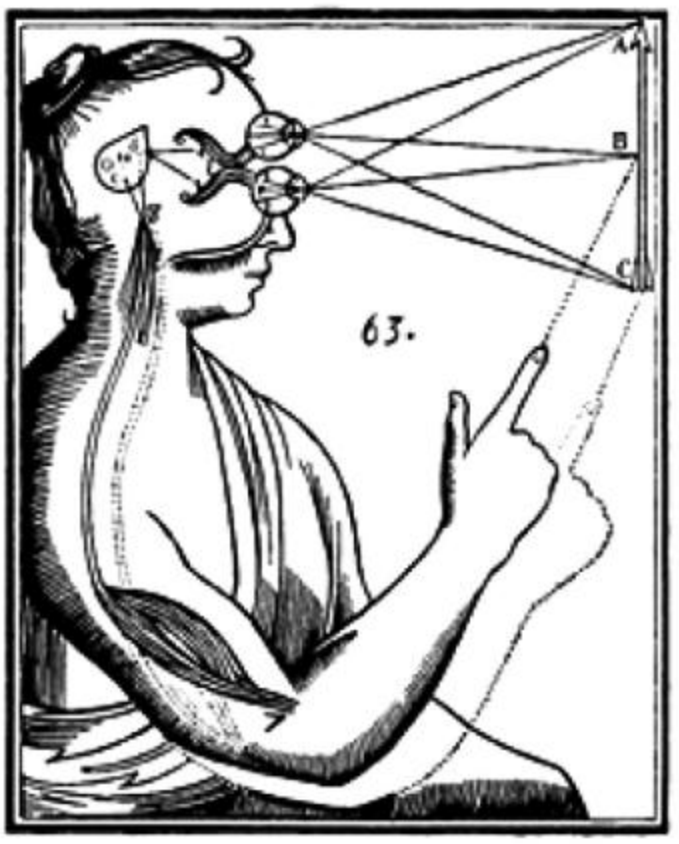
Đối với "Luận đề Tâm thức-Cơ thể", trường phái Nhị Nguyên khẳng định rằng các hiện tượng tinh thần, theo một nghĩa nào đó, là phi vật lí. Nói cách khác tức là tâm thức và cơ thể tách rời khỏi nhau.

Một trong những hình thức sớm nhất của Nhị Nguyên Luận được thể hiện trong các trường phái triết học Ấn Độ như Sankhya và Yoga từ khoảng 650 TCN, chia thế giới thành purusha (tinh thần) và prakriti (vật chất). Đặc biệt, những bài kinh (sutra) của Raja Yoga thể hiện một cách tiếp cận phân tích đối với bản chất của tâm thức.

Trong triết học phương Tây, những thảo luận sớm nhất về tư tưởng Nhị Nguyên là trong các bài viết của Plato và Aristotle. Các ông này khẳng định, nhưng với những lập luận khác nhau, rằng "trí tuệ" (một năng lực của tâm thức) không thể được xác định với, hay giải thích theo, cơ quan thể chất của nó (trong thời Hy Lạp, cơ quan đó là trái tim). Tuy nhiên, Nhị Nguyên Luận được trình bày một cách có hệ thống lần đầu tiên thuộc về René Descartes[1] (1641), cho

[1] René Descartes (1596-1650): Triết gia, nhà toán học, nhà văn người Pháp.

rằng tâm thức là một chất không giãn nở, không thuộc thể chất và là một "chất tinh thần" (res cogitans). Descartes là người đầu tiên xác định rõ tâm thức với ý thức và nhận thức, tách biệt điều này khỏi bộ não. Do đó, ông là người đầu tiên thiết lập một cách hệ thống "Luận đề Tâm thức-Cơ thể" theo dạng mà nó vẫn tồn tại tới ngày nay. Dù vậy, Descartes vẫn không thể giải thích chính xác tâm thức và cơ thể tương tác qua lại với nhau như thế nào. Ông giả định rằng tương tác giữa tâm thức và cơ thể xảy ra tại tuyến tùng như ông mô tả là "chỗ cư ngụ của linh hồn" bên trong bộ não.



Hình ảnh trên là minh họa tư tưởng Nhị Nguyên Luận của René Descartes. Descartes tin rằng các tác động bên ngoài đi qua các cơ quan cảm giác tới tuyến tùng (epiphysis) nằm ở

trung tâm não bộ và từ đó truyền tới phần "tinh thần phi vật chất". Tuyến tùng này giống như một con mắt thứ ba của con người vì có thể phản ứng lại những thay đổi của ánh sáng. Tuyến tùng có đặc điểm tương tự như mắt, chịu sự điều khiển của tuyến yên và nhãn cầu. Nó cũng có một thủy tinh thể và các chức năng cảm nhận màu sắc giống mắt. Trong quá trình tiến hóa hàng nghìn năm của con người, tuyến tùng từ kích cỡ bằng quả anh đào đã bị nhỏ đi bằng hạt đậu do thiếu hoạt động. Người Ấn Độ thường chấm một điểm trên trán giữa hai con mắt để diễn tả con mắt thứ ba này, gọi là thần nhãn, có thể thấy được những gì mà hai con mắt trần vẫn nhìn mà không thể thấy được. Lobsang Rampa, một tăng sĩ nổi tiếng của Phật Giáo Tây Tạng đã có viết cuốn sách Tây Tạng huyền bí, trong đó miêu tả chi tiết về cách khai mở con mắt thứ ba, là con mắt trí huệ, giúp cho hành giả thấy rõ được quá khứ và vị lai. Vị trí của con mắt thứ ba, theo cách gọi của tử vi Trung Hoa, được gọi là nơi Ấn đường.

Trong số những người theo Nhị Nguyên Luận, thì các triết gia theo trường phái bản thể (Substance Dualist) cho rằng tâm thức là một vật chất tồn tại độc lập, trong khi nhóm theo trường phái đặc tính (hay thuộc tính) (Property Dualist) xem tâm thức là một nhóm gồm những thuộc tính nảy sinh từ não bộ và không thể được xem chỉ đơn giản là chính bộ não nhưng cũng không phải là một dạng tồn tại độc lập.

Một lập luận quan trọng khác cho là tinh thần và thể chất dường như là những thuộc tính tương đối khác nhau, và

dường như không thể hòa hợp được. Các sự kiện tinh thần thì có một phẩm chất chủ quan, trong khi các sự kiện thể chất thì không. Các nhà triết học tâm thức gọi khía cảnh chủ quan của các sự kiện tinh thần là 'qualia' hay 'cảm giác thô'. Có những qualia trong những sự kiện tinh thần dường như đặc biệt khó để quy giản về bất cứ thứ gì có tính thể chất.

Quan điểm của trường phái Nhất Nguyên

Lập trường của Nhất Nguyên Luận cho rằng tâm thức và tinh thần không phải là những thực thể khác nhau, về mặt sinh lý học và bản thể học. Quan điểm này xuất hiện lần đầu tiên trong triết học phương Tây là từ triết gia người Hy Lạp Parmenides ở thế kỷ 5 TCN và sau đó được xác nhận lại bởi nhà triết học duy lí Baruch Spinoza (1632-1677). Trong Nhất Nguyên Luận có hai trường phái chính là Nhất Nguyên Luận Bản Chất (Substantival Monism) và Nhất Nguyên Luận Thuộc Tính (Attributive Monism). Nhất Nguyên Luận Bản Chất, đại diện bởi Đạo Hindu và Đạo Phật của phương Đông, và nhà triết học duy lí Baruch Spinoza của phương Tây, cho rằng toàn bộ vũ trụ được qui giản xuống chỉ một vật chất, và bất cứ sự đa dạng của vũ trụ chỉ là những khía cạnh hay "mode" của vật chất này. Ngược lại, Nhất Nguyên Luận Thuộc Tính cho rằng duy nhất chỉ có một loại tồn tại, và bên trong tồn tại đó là những cá thể hay vật chất khác nhau. Nhất Nguyên Luận Thuộc Tính lại chia ra thành các nhánh nhỏ là: duy tâm (idealism), duy vật (materialism hoặc physicalism), và Nhất Nguyên Luận Trung Lập (Neutral Monism).

Ngày nay, dạng phổ biến nhất của Nhất Nguyên Luận trong triết học phương Tây là chủ nghĩa duy vật lí (materialism). Các nhà duy vật lí khẳng định rằng chỉ có các tồn tại được xem là vật chất là có tồn tại, và tâm thức chỉ có thể được giải thích như là các tồn tại được phát triển tuân theo các quy luật theo thuyết duy vật, dựa trên những phát minh mới nhất của khoa học hiện đại. Một lập trường như vậy phải đối diện với vấn đề là tâm thức sở hữu những thuộc tính mà không một sự vật vật chất nào khác có được. Do đó, chủ nghĩa duy vật lí phải giải thích làm thế nào mà các thuộc tính này lại có thể xuất hiện từ những sự vật vật chất.

Bên cạnh đó, còn một dạng khác của Nhất Nguyên Luận là chủ nghĩa duy tâm, cho rằng chất tồn tại duy nhất là tinh thần. Nói cách khác, trường phái duy tâm cho rằng tâm thức là tất cả mọi dạng tồn tại và thế giới bên ngoài mà ta thấy hoặc là tự nó thuộc về tâm thức hoặc chỉ là ảo ảnh do tâm thức tạo ra.

Phái Nhất Nguyên Trung Lập cho rằng có một dạng chất trung gian mà cả vật chất và tâm thức đều là các đặc tính của một dạng chất còn chưa biết đến này. Tính tinh thần và tính vật chất do đó đều là những thuộc tính của chất trung tính này. Một lập trường như vậy đã được chủ trương bởi Baruch Spinoza và được phổ biến bởi nhà vật lý kiêm triết gia người Áo Ernst Mach (1838-1916) trong thế kỉ 19. Tư duy triết học của Mach rất cực đoan. Ông chỉ chấp nhận những gì có thể chứng minh qua thực nghiệm hay có thể tính toán

được. Do đó, đa phần các trường phái triết học trước đó bị ông chối bỏ, gồm cả thuyết nhị nguyên của Descartes. Theo Mach, tất cả những gì hiện hữu trên thế giới này đều được cấu thành từ các nguyên tố giống nhau. Nếu xuất hiện trong não, người ta gọi chúng là "cảm xúc". March cảm thấy vô cùng khó khăn khi xưng là "Tôi". Ông cho rằng "cái Tôi không phải là một đơn vị bất biến, cố định và có giới hạn rõ rệt." Theo ông, chẳng hề có cái "Tôi" nào trong não người. Cái "Tôi" chỉ là một ảo tưởng, nhưng là một ảo tưởng cần thiết để mang lại cho con người một cảm giác an toàn và tốt lành… Thật là bất an nếu nghĩ rằng trong mình lại không có một cái "Tôi" nào cả.

Trong thời đại chúng ta hiện nay, đa số các quan niệm nghiêng về cách giải thích của trường phái Nhị Nguyên Luận. Họ đều nghĩ rằng tâm thức và cơ thể, hay linh hồn và cơ thể, là hai thực thể riêng biệt. Tuy nhiên, đây không phải là cách nhìn chung của các chuyên gia trong các ngành triết học, tâm lý học, trí tuệ nhân tạo, sinh học-thần kinh, khoa học nhận thức. Các học giả ở những lĩnh vực này có kiến giải riêng và đều chấp nhận một phiên bản nào đó của trường phái duy vật lí, bởi vì họ tin rằng chỉ có một triết lý duy nhất thích hợp với cách nhìn của khoa học hiện đại.

Tâm thức với Đạo Phật

Đức Phật nói: *"Nhất thiết duy tâm tạo"* (tất cả là do tâm) - thế giới chúng ta sống là do tâm chúng ta tạo ra. Vậy theo

Phật Giáo, tâm được hiểu như thế nào, tâm có là một phần của cơ thể chúng sinh hay không, tâm có những thuộc tính gì? Và trở lại với câu hỏi rằng tại sao một điều gì đó bằng cách nào đó lại mang lại cho chúng ta một cảm giác nào đó, thì cách tiếp cận và kiến giải của Phật Giáo là như thế nào?

Triết học Phật Giáo, đặc biệt là tông phái Trung Quán Tông (Madhyamaka), gần giống với trường phái Nhất Nguyên Luận Trung Lập. Tuy nhiên, chính xác hơn thì Triết học Phật Giáo có thể coi là thuộc trường phái Bất Nhị Nguyên Luận. Cái khác biệt ranh giới rất nhỏ giữa Nhất Nguyên Luận và Bất Nhị Nguyên Luận là Nhất Nguyên Luận khẳng định rằng toàn thể vũ trụ là tuyệt đối duy nhất, không thể phân chia ra được, và rằng tâm thức đồng nhất với bộ não. Theo Nhất Nguyên Luận, tất cả các hiện tượng, các Pháp như theo cách nói của Phật Giáo, đều tuyệt đối khởi nguồn từ cùng một vật chất. Còn Bất Nhị Nguyên Luận khẳng định rằng, các hiện tượng khác nhau là không tách rời, và giữa chúng không có đường ranh giới dứt khoát, tuy nhiên chúng lại không phải như nhau. Một định nghĩa chính xác hơn, Bất Nhị Nguyên là trạng thái khi mọi khác biệt và mọi quan hệ giữa các hiện tượng (các Pháp) được loại bỏ. Những khác biệt và những quan hệ này nảy sinh do cách nhìn lầm lẫn dưới con mắt thô kệch của phàm nhân chúng ta về sự hiện hữu của các pháp, cho rằng vũ trụ là một toàn thể đa dạng.

Vậy thì tại sao chúng ta có thể nói rằng Phật Giáo gần với trường phái Bất Nhị Nguyên Luận?

Về mặt triết học, theo trường phái Trung Quán Tông của Triết học Phật Giáo Đại Thừa, bản chất rốt ráo của vũ trụ là "*Tính Không*" (Emptiness), cái không thể phân biệt được từ hình thể vật chất. "*Tính Không*", nghĩa là "trống rỗng", "trống không", là một khái niệm căn bản của Phật Giáo, quan trọng nhất và cũng trừu tượng nhất. Theo trường phái Trung Quán Tông, Tính Không ở đây không nên hiểu lầm là không có gì hết. Tính Không là không thật thể chứ không phải là không có gì. Tính Không không có nghĩa rằng các Pháp không có hiện hữu, mà có nghĩa rằng chính vì sự hiện hữu của các Pháp tùy thuộc vào duyên khởi, cho nên các Pháp không thể hiện hữu độc lập, không tồn tại thực sự và cũng không có tự tính.

Do vậy, Tính Không của Phật Giáo gần với Bất Nhị Nguyên Luận là vậy.

Trở lại "Luận đề Tâm thức-Cơ thể", Phật Giáo cho rằng Tâm và cơ thể là hai thực thể hoàn toàn riêng biệt. Trong kinh Phật, cơ thể được ví như ngôi nhà trọ và Tâm là khách trọ. Khi ta chết, Tâm rời bỏ cơ thể và tiếp tục cuộc đời kế tiếp, giống như người khách rời nhà trọ và lang thang đi tìm nơi trọ mới. Nếu như Tâm không phải là bộ não, cũng không phải thuộc về các bộ phận khác trong cơ thể, vậy Tâm là gì? Phật Giáo khẳng định rằng Tâm là một thực thể liên tục vô hình vô tướng có khả năng cảm nhận và hiểu biết đối tượng. Bởi lẽ Tâm là vô hình, vô tướng, cho nên Tâm không bị giới hạn bởi các rào cản vật lý. Do vậy mà trong khi cơ

thể chúng ta không thể lên mặt trăng nếu không dùng con tàu vũ trụ, Tâm của chúng ta lại có thể lên đến mặt trăng tức thì chỉ bằng cách "nghĩ" về nó. Biết và cảm nhận được các đối tượng chính là một chức năng rất đặc trưng của Tâm. Mặc dù chúng ta thường nói "Tôi biết…", thực chất chính là "Tâm của ta biết…".

Tâm, trong Phật Giáo, cũng có thể mô tả là "giống như không gian" và "giống như ảo ảnh". Tâm "giống như không gian" ở chỗ rằng Tâm không bị cản trở hay ràng buộc về mặt vật lý. Tâm không mang những đặc tính ngăn trở sự hiện hữu của nó. Còn nói rằng Tâm "giống như ảo ảnh" là ở chỗ rằng Tâm là vô tự tính, không có thực hữu nội tại (empty of inherent existence). Theo cách giải thích của Phật Giáo, điều này không có nghĩa rằng Tâm không hiện hữu, mà có nghĩa rằng Tâm hiện hữu không theo cách hiểu thông thường của chúng ta, một cách hiểu rất sai lệch về sự hiện hữu của các Pháp. Một khi được nhận thức một cách đúng đắn, Tâm sẽ hiện hữu giống như ảo ảnh. Nên hiểu rằng trong cách nhìn của Phật Giáo, Tâm không phải là không gian cũng không phải là ảo ảnh, Tâm không chứa đựng không gian cũng không chứa đựng ảo ảnh. Tâm chỉ "giống như không gian" và "giống như ảo ảnh".

Một trường phái khác của Phật Giáo Đại Thừa - Duy Thức Tông - cho rằng tất cả mọi hiện tượng con người cảm nhận được đều là "Duy Thức" (sa. *vijñāptimātratā*), chỉ là Thức (Tâm). Mọi hiện tượng đều là cảm nhận của Thức,

không có đối tượng độc lập, ngoài Thức đang cảm nhận thì không có gì là thật. Trong chương sau - Bàn về Duy thức học - chúng ta sẽ đi sâu tìm hiểu kiến giải của trường phái Duy Thức Tông trong những vấn đề liên quan đến "Luận đề Tâm thức-Cơ thể" cũng như sự hình thành của nhận thức (hiểu biết) trong bộ máy tâm linh của con người.

Chương 6

BÀN VỀ DUY THỨC HỌC

"Tất cả các Pháp không thật có,
chỉ do Thức biến hiện"

"Duy" nghĩa là "chỉ có". "Thức" là "ý thức", "hiểu biết". Vậy "Duy Thức", quan điểm trung tâm của trường phái Duy Thức Tông, như tên đã nói, là tất cả mọi hiện tượng con người cảm nhận được là "Duy Thức" (sa. *vijñāptimātratā*), chỉ là Thức. Nói khác đi thì mọi hiện tượng đều là cảm nhận của Thức, ngoài Thức đang cảm nhận thì không có gì là thật. Vậy những cảm nhận của Thức đến từ đâu. Theo Duy thức học, những nhận thức của chúng ta không phải là do từ đối tượng bên ngoài mang lại mà được sinh ra vốn bởi từ những trải nghiệm của con người qua nhiều kiếp sống. Những trải nghiệm này được lưu giữ dưới dạng những mầm giống gọi là "chủng tử" trong thức thứ tám là A-lại-da Thức của bộ máy tâm linh của con người mà chúng ta sẽ cùng nhau tìm hiểu dưới đây. Trong Phân tâm học phương Tây, những "chủng tử" này chính là "trí nhớ" ẩn chứa trong vùng vô thức của tâm linh. Tuy nhiên, trong Duy thức học khái niệm "chủng tử" này không đơn thuần chỉ là "trí nhớ": các "chủng tử" đó chín muồi theo tác động của Nghiệp, chúng tác động qua lại lẫn nhau làm con người mỗi khi tiếp xúc với một sự vật bên

ngoài lại phát sinh trong tâm thức một cảm nhận "ảo" mà cho nó là có thật. Do vậy Duy thức học giải thích rằng tất cả các đối tượng bên ngoài chẳng qua chỉ là do Thức biến hiện mà thành. Nói thế có nghĩa là tất cả sự vật hữu hình và vô hình trên thế gian đều không thật có, chỉ do tâm thức biến hiện. Mọi vui buồn của con người cũng vậy, không phải là từ đối tượng bên ngoài mang lại mà chính là từ những cảm nhận rất "ảo" từ bên trong tâm thức. Cũng giống như trong giấc mơ, chúng ta trải qua những câu chuyện, gặp gỡ, cảnh vật, cảm xúc v.v..., tất cả đều y như thật. Ngay cho đến khi tỉnh giấc, ta vẫn còn lần lữa mang theo những cảm giác đó vào đời sống giống như còn đang tiếp xúc với những gì trong mộng. Sau đó, khi hoàn toàn trở lại với thực tại, hiểu rằng chẳng có gì. Ông Đường Đại Viên trong cuốn sách *Duy thức học phương tiện đàm* ví von rằng "*người đi ban đêm, thấy cái bóng của mình mà nghi là quỷ*" chính là để miêu tả sự biến hiện này.

Tuy rằng sự ra đời của trường phái Duy thức được xem là xiển dương và phát huy triết lý Đại Thừa đến cực điểm, nhưng căn bản tư tưởng của nó bắt nguồn từ truyền thống sớm nhất của Phật Giáo. Vào thời Đức Phật tại thế, Ngài dạy trong Kinh Pháp Cú, rằng "*Tâm làm chủ, Tâm dẫn đầu, Tâm tạo tác tất cả các Pháp*". Đức Phật khi còn tại thế thường giảng Duy thức học cho các đại đệ tử hàng Bồ Tát trong nhiều bộ kinh như Kinh Lăng Già, Kinh Hoa Nghiêm, Kinh Giải Thâm Mật, Kinh Mật Nghiêm, Kinh Lăng Nghiêm, Kinh Công Đức Trang Nghiêm v.v... Tương truyền rằng

trong các đệ tử của Đức Phật, Ngài Di Lặc (Maitreya) là một vị Bồ Tát đã đắc đạo về môn học này. Khoảng 900 năm sau khi Đức Phật nhập diệt, có hai bậc đại luận sư Ấn Độ là Ngài Vô Trước (Asanga) và Ngài Thế Thân (Vasubandhu) kế thừa Bồ Tát Di Lặc phát huy Duy thức học thành một hệ thống triết học hoàn chỉnh, có khả năng giải thích và định hướng chuẩn mực cho tư tưởng và tâm lý con người. Do đó, Duy thức học còn được các học giả Phật Giáo gọi bằng một cái tên khác là "Tâm lý học Thực nghiệm". Tác phẩm *Duy thức tam nhật tụng* do Ngài Thế Thân trước tác được truyền bá khắp Ấn Độ.

Đến thế kỷ 6, có nhiều đại luận sư rất lỗi lạc nổi tiếng về môn học Duy thức đã xuất hiện tại Ấn Độ như: Thân Thắng, Hỏa Biện, Đức Tuệ, Trần Na, An Tuệ, Nan Đà, Tịnh Nguyệt, Hộ Nguyệt, Hộ Pháp, Giới Hiền. Mỗi vị đều có sáng tác và chú thích nhiều bộ luận để phát huy Duy thức học.

Sang thế kỷ 7, Ngài Huyền Trang đời Đường của Trung Hoa, sau khi tốt nghiệp tại Viện Đại học Nalanda ở Ấn Độ, trở về Trung Hoa cổ vũ Duy thức học, gây ảnh hưởng rất lớn trong giới trí thức Trung Hoa với trước tác *Thành Duy Thức Luận*. Tư tưởng Duy thức học do Ngài chủ trương tạo tiếng vang một thời ở Trung Hoa và lập thành một tông phái lớn trong mười tông phái, gọi là Pháp Tướng Tông. Tư tưởng môn học này về sau được lan tỏa sang nhiều nước khác trên thế giới.

Theo Duy thức học, thế giới bên ngoài thuần túy chỉ là Thức vì khách quan không có thật và chủ quan cũng không

có thật. Sự cảm nhận của mỗi con người chỉ là kết quả của trí tưởng tượng, là ảnh ảo của một khách quan bị nhầm tưởng là có thật. Những cảm nhận này của con người, vì bị "ô nhiễm", khiến phát sinh ra một ảo tượng về cái "ta" không có thực. Ảo tượng này về cái "ta" là rất sai lầm, vì thật ra chỉ có "sự cảm nhận" chứ không có "người cảm nhận". Mang nặng cái ảo tưởng đó, con người lầm lẫn bám víu vào cái "ta", hành động theo đòi hỏi của cái "ta" và luẩn quẩn u tối suốt đời trong cái "ta".

Hai ngàn năm sau khi Đức Phật nhập diệt, một số triết gia và các nhà tâm lý học hiện đại phương Tây cũng có cách nhìn khá tương đồng về vấn đề này, mặc dù vẫn còn tồn tại những hạn chế nhất định. Triết gia người Đức Immanuel Kant cho rằng chúng ta không bao giờ được trực tiếp trải nghiệm thế giới hiện hữu tự thân trong đó chúng ta đang sống. Theo ông, cái mà chúng ta trải nghiệm chỉ là một thế giới hiện tượng được tri giác bởi những giác quan của chúng ta. Kant lập luận rằng các đặc tính nhất định của kinh nghiệm bao gồm không gian, thời gian và quan hệ nhân quả tự thân chúng không phải là những đặc tính của thế giới bên ngoài mà là bị tâm trí của con người áp đặt lên trên kinh nghiệm. Những gì chúng ta thấy ở sự vật là theo cách chúng ta trải nghiệm chúng, bị chi phối bởi khả năng tâm thức của chúng ta, chứ không phải là các sự vật như chúng tự thân hiện hữu.

Câu hỏi mà các nhà học giả thường đặt ra là: Phân tâm học phương Tây, Phật Giáo và Duy thức học nhìn nhận và giải

thích như thế nào về sự hình thành nhận thức của con người? Đây là chủ đề chính mà chúng ta sẽ cùng nhau bàn luận trong giới hạn của chương sách "Bàn về Duy thức học" này.

Trong Duy thức học cũng có nhiều danh từ kỹ thuật không thể được phiên dịch sang một từ ngữ khác mà không làm sai lệch ý nghĩa. Những danh từ như tâm, tâm thức, ý thức, trí thức, tri giác v.v... được dùng trong triết học phương Tây với những ý nghĩa đặc biệt. Ở đây xin bạn đọc cố gắng hiểu các danh từ kỹ thuật ấy trong ngữ cảnh của Duy thức học.

Ý Thức và sáu thức ngoài

Trong Phật Pháp, "căn" được dùng để chỉ các giác quan của cơ thể. Sáu căn năng *nhãn* (mắt), *nhĩ* (tai), *tỷ* (mũi), *thiệt* (lưỡi), *thân* (xúc), *ý* (ý) được gọi là "*Lục Căn*", là sáu căn nội giới ở bên trong cơ thể. Chúng ta nên nhớ rằng khái niệm "ý căn" chỉ có trong Phật Giáo chứ không có trong tâm lý và giải phẫu học hiện đại. Theo giải phẫu học hiện đại, mỗi giác quan của cơ thể con người như mắt, tai, mũi, lưỡi, xúc đều được cấu tạo gồm có các cơ quan đầu vào với cấu trúc tế bào chuyên biệt có bộ phận thụ cảm với những kích thích từ bên ngoài mà ta gọi là các thụ thể (receptor). Những tế bào này liên kết với các trung tâm thần kinh điều khiển tương ứng nằm trên vỏ não qua hệ thống thần kinh như đã trình bày trong chương trước. Thí dụ như:

- nhãn căn - thị giác: gồm mắt và vùng vỏ não thị giác.
- nhĩ căn - thính giác: gồm tai và vùng vỏ não thính giác.

- tỷ căn - khứu giác: gồm mũi và vùng vỏ não khứu giác.
- thiệt căn - vị giác: gồm lưỡi và vùng vỏ não vị giác.
- thân căn - xúc giác: gồm da và vùng vỏ não cảm giác thân thể.

Tương ứng với sáu căn nội giới ở bên trong cơ thể là sáu đối tượng ngoại giới ở bên ngoài cơ thể gọi là "*Lục Trần*" hay "*Lục Cảnh*" *(sắc, thính, hương, vị, xúc, pháp)*. Trong các phần dưới đây, khi chúng ta nói "trần cảnh" tức là hàm ý các đối tượng ngoại giới ở bên ngoài cơ thể.

Trong các chương trước, chúng ta đã nhiều lần đề cập đến khái niệm "Pháp". Tuy nhiên ở đây chúng tôi xin giới thiệu một định nghĩa rõ ràng hơn về khái niệm này.

> "Pháp" theo Phật Giáo được định nghĩa là tất cả các đối tượng của nhận thức, nói cho đúng hơn là tất cả các sự vật cụ thể hay trừu tượng có bao hàm những thuộc tính giúp cho ý thức của con người có thể nhận thức phân biệt được. Nói cách khác, bất cứ một sự vật gì có khả năng duy trì tự tính của nó vào trong một số hình tướng để khi nhìn đến, ta liền nhận ra, gọi là Pháp. Thí dụ như trái cam để trên bàn, bởi nó gìn giữ được hình thể, màu sắc, hương vị của nó, cho nên người ta trông đến thì biết đó là trái cam. Trái cam là Pháp. Phải có thuộc tính rõ ràng và nhất định như thế mới gọi là một Pháp. Nôm na thì Pháp là tất cả sự vật, đối tượng trên thế gian, tuy nhiên thuật ngữ "sự vật" hay "đối tượng" không rõ ràng và bao quát như khái niệm "Pháp" của Phật Giáo.

Mỗi Căn (nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, ý) khi tiếp xúc với một đối tượng ngoại giới tương ứng, tức Lục Trần hay Lục Cảnh (sắc, thính, hương, vị, xúc, pháp) sẽ làm phát sinh một loại "Thức" (hay là một loại "hiểu biết"). Vậy tương ứng với Lục Căn và Lục Trần ta có Nhãn Thức, Nhĩ Thức, Tỷ Thức, Thiệt Thức, Thân Thức và Ý Thức gọi là *sáu thức ngoài*. Không kể đến Ý Thức, thì năm thức kia gồm Nhãn Thức, Nhĩ Thức, Tỷ Thức, Thiệt Thức, Thân Thức thường được gọi là *năm thức trước* hay *tiền ngũ thức*.

"Thức" (sa. *Vijnana*) là một thuật ngữ quan trọng trong Phật Giáo, chỉ sự "nhận thức", "hiểu biết". Thức là hoạt động tâm lý, sinh ra khi giác quan (căn) tiếp xúc với đối tượng (trần). Vai trò của thức cực kỳ quan trọng: nó là một trong năm yếu tố trong Ngũ Uẩn và là yếu tố thứ ba trong Thập Nhị Nhân Duyên.

Có thể nói chỗ nương của Thức là Căn, hay nói khác đi, Căn là nơi phát sinh ra Thức. Như nhãn căn (mắt) khi tiếp xúc với hình sắc làm phát sinh Nhãn Thức - là sự nhận biết về hình sắc; nhĩ căn (tai) tiếp xúc với âm thanh làm phát sinh Nhĩ Thức - là sự nhận biết về âm thanh; tỷ căn (mũi) tiếp xúc với hương làm phát sinh Tỷ Thức - là sự nhận biết về mùi; thiệt căn (lưỡi) tiếp xúc với vị làm phát sinh Thiệt Thức - là sự nhận biết về vị; thân căn (xúc) đụng chạm với sự vật làm phát sinh Thân Thức - là sự nhận biết về xúc chạm; ý căn tiếp xúc với pháp cảnh (sự vật) làm phát sinh Ý Thức - là sự nhận biết về Pháp (sự vật).

Như thế, với thí dụ về trái cam:

- Khi mắt ta nhìn thấy hình sắc trái cam, liền phát sinh ra Nhãn Thức: đó là sự nhận biết về hình dáng, màu sắc của trái cam.
- Tai ta dùng để nghe âm thanh, và mặc dù trái cam không phát ra âm thanh, Nhĩ Thức vẫn hoạt động: ta vẫn nhận biết về "cái không âm thanh" của trái cam.
- Khi mũi ta ngửi thấy mùi thơm trái cam, liền phát sinh ra Tỷ Thức: đó là sự nhận biết về mùi của trái cam.
- Khi lưỡi ta nếm vị ngọt của trái cam, liền phát sinh ra Thiệt Thức: đó là sự nhận biết về vị của trái cam.
- Khi tay ta sờ vào trái cam, liền phát sinh ra Thân Thức: đó là sự nhận biết về sự sần sùi của vỏ trái cam.
- Khi ý căn tiếp xúc với trái cam dưới góc độ là một Pháp, sẽ làm phát sinh Ý Thức - là sự nhận biết đầy đủ về trái cam: đây là trái cam, tươi hay héo, tốt hay hư…

Với cách giải thích này, vì các căn đều là chỗ nương của Thức, không tách rời khỏi Thức, nên ở nơi căn đã hàm chứa đủ hai thành phần sinh lý và tâm lý. Vì vậy, việc xuất hiện các cảm giác (các thức ngoài) khi căn tiếp xúc với trần cảnh là điều tự nhiên.

Sự phân loại giác quan như thế này của Phật Giáo rất khác với Phân tâm học phương Tây. Theo Phân tâm học, tâm linh chúng ta được phân thành ý thức và vô thức. Vô thức là phần tâm linh hoạt động ở bên ngoài ý thức, là mảng tâm linh cá nhân, chìm khuất trong góc tối của tâm hồn và không bao giờ biểu hiện, không thể dùng ý chí để điều khiển được. Thực chất thì ý thức của chúng ta biết được rất ít về vô thức. Có nhiều vùng của vô thức, ý thức hoàn toàn không biết đến. Phân tâm học phương Tây gom tất cả sáu thức ngoài của Phật Giáo chung về cái gọi là "ý thức". Theo truyền thống, các nhà tâm lý học phương Tây vẫn cho rằng các giác quan như mắt, tai, mũi, lưỡi, thân là các thành phần của bộ máy sinh lý. Chỉ có ý thức là thành phần tâm lý duy nhất của bộ máy tâm thần. Việc tách biệt hoàn toàn về chức năng giữa các giác quan của bộ máy sinh lý với ý thức của bộ máy tâm thần, xem mắt đơn thuần là chiếc máy chụp ảnh, tai là máy ghi âm… khiến Tâm lý học hiện đại không thể giải thích tại sao khi một tác động bên ngoài (là một hiện tượng vật lý, thuần mang tính vật chất) kích thích lên các giác quan (cũng là thành phần mang tính vật chất) lại tạo ra cảm giác, là một hiện tượng tâm lý.

Đây có thể coi là lỗ hổng của Phân tâm học phương Tây. Việc Phân tâm học phương Tây gộp tất cả sáu thức ngoài thành ý thức vô hình chung đã đồng hóa sự nhận biết của năm thức trước (Nhãn Thức, Nhĩ Thức, Tỷ Thức, Thiệt Thức, Thân Thức) với việc nhận biết của Ý Thức. Điều này rất không phù hợp với thực tế. Trên thực tế, Ý Thức hoàn

toàn không thể nhận biết trực tiếp về các đối tượng bên ngoài cơ thể. Liệu rằng ta có thể nhận thức được hình ảnh hoặc âm thanh không nếu mắt ta bị mù, tai ta bị điếc, mặc dù hình ảnh ấy, âm thanh ấy đang hiện diện và ý thức vẫn còn đó. Câu trả lời là "không".

Duy thức học Phật Giáo giải thích rất rành rẽ về vấn đề này. Theo Duy thức học, có sự khác biệt rõ rệt về chức năng của năm thức trước và thức thứ sáu – Ý thức: năm thức trước chỉ có thể phân biệt các đối tượng ngoại giới của riêng mình, còn Ý Thức thì lại phân biệt được các đối tượng ngoại giới của năm thức trước. Chính xác hơn, Ý Thức chỉ nhận biết được các đối tượng ngoại giới thông qua năm thức trước và xem đó là những biểu hiện của Pháp. Diễn giải nôm na thì các đối tượng nhận thức của năm thức trước như sắc, thính, hương, vị, xúc chỉ là các khía cạnh biểu hiện riêng biệt của một sự vật nói chung. Cái mà Ý Thức nhận thức không đồng với đối tượng nhận thức của năm thức trước (tức là sắc, thính, hương, vị, xúc), mà là nhận thức tổng hợp về sự vật đó thông qua năm thức trước. Năm thức trước có Ý Thức kết hợp vào thì mới hình thành tác dụng nhận thức. Như thế khi nhìn một trái cam, Nhãn Thức chỉ đơn thuần nhận thức sắc hồng và hình dáng trái cam; Tỷ Thức chỉ đơn thuần nhận thức hương thơm… còn Ý Thức thì cho ta nhận thức đầy đủ rằng đây là "trái cam", đây là một Pháp. Ý Thức còn giúp ta hiểu biết thêm những giá trị đặc trưng của trái cam đang hiện diện, rằng đó là trái cam tươi hay héo, tốt hay hư. Thậm chí bây giờ mắt ta không nhìn thấy trái cam, mũi ta không

ngửi thấy trái cam, tai ta không nghe thấy âm thanh từ trái cam, lưỡi ta không nếm vị ngọt trái cam, tay ta không tiếp xúc với trái cam, thế nhưng nếu ai đó chỉ cần nói với ta về trái cam thì Ý Thức, từ một góc khuất nào đó của tâm linh, vẫn giúp ta có thể hình dung đầy đủ nhận thức về trái cam. "Ý Thức" có thể cảm thọ được những hiện tượng vô-thể-chất trong khi năm thức trước hoàn toàn bất lực.

Có thể nói Ý Thức giúp cho năm thức trước hiểu biết rõ ràng hơn về hình tướng của sự vật. Trên thực tế, năm thức trước của con người hầu hết thời gian đều theo Ý Thức mà sinh khởi, không bao giờ tách rời khỏi Ý Thức. Như Ý Thức nương vào nhãn căn mới phát sinh nhận thức của mắt, gọi là Nhãn Thức; nương vào nhĩ căn mới phát sinh nhận thức của tai, gọi là Nhĩ Thức…

Vậy tại sao lại nói đối tượng nhận biết của Ý Thức là Pháp? Ý căn nằm ở đâu? Tâm của ta vận hành như thế nào để tạo ra một ý niệm về Pháp trong Ý Thức?

Chúng ta sẽ bàn về một vài khái niệm căn bản trước khi quay trở lại những câu hỏi này.

Ý thức bẩm sinh và ý thức kinh nghiệm

Ý thức bẩm sinh (hay còn gọi là ý thức không phân biệt), là loại ý thức vừa sinh ra đã có. Lúc còn bé, người ta thường sống với loại ý thức này. Với ý thức bẩm sinh, chúng ta cũng nhận biết về sự vật thông qua năm giác quan, nhưng tâm

thức của chúng ta không có khả năng phân biệt đối tượng này với đối tượng khác, cái này với cái kia…

Ý thức kinh nghiệm (còn gọi là ý thức phân biệt) là ý thức chỉ xuất hiện và phát triển trong quá trình lớn lên và trưởng thành của mỗi con người. Đây là loại ý thức hình thành thông qua luyện tập và học hỏi. Ý thức kinh nghiệm được đúc kết được từ kinh nghiệm sống của cá nhân cũng như từ sự giáo dục của gia đình và xã hội.

Thí dụ một đứa trẻ, khi chưa biết gì, nhìn thấy trái ớt cay vẫn nhặt và cho vào miệng nhai. Đó là do ý thức bẩm sinh. Khi lớn lên, có hiểu biết rằng trái ớt rất cay, sẽ không nhặt và cho vào miệng nữa. Đó là ý thức kinh nghiệm. Nơi người trưởng thành, ý thức kinh nghiệm chiếm ưu thế, ý thức bẩm sinh vẫn còn đó nhưng mờ nhạt, khó nhận ra.

Những ý niệm phân biệt được hình thành theo nhiều cách khác nhau. Ở con người, phương tiện chính để tạo ra các ý niệm phân biệt là ngôn từ. Ngôn ngữ với tính cách uyển chuyển của nó đã cho phép tạo ra vô vàn các ý niệm phân biệt. Như cũng là màu xanh mà có xanh nhạt, xanh đậm… Càng có nhiều ý niệm phân biệt thì ý thức phân biệt càng phát triển, kéo theo sự phát triển của tư duy. Vì thế, chính ngôn từ và sự giáo dục đã làm cho con người khác hẳn các sinh vật khác.

Thông thường, một đứa bé bắt đầu tiếp cận với ngôn ngữ bằng cách tập gọi tên các sự vật quen thuộc. Việc gọi được tên các sự vật góp phần hình thành sự nhận thức khác

biệt giữa các sự vật. Song song với quá trình phân biệt các sự vật, đứa bé sẽ trải qua quá trình học cách gắn thuộc tính cho từng sự vật. Điều này dẫn đến một nhận thức mới. Đó là nhận thức về các sự vật trong thế giới thông qua ngôn từ. Đây là môi trường hoạt động chính của ý thức kinh nghiệm.

Theo Duy thức học, sau khi ghi nhận, các thuộc tính của sự vật như ngôn từ, hình ảnh, âm thanh, mùi vị, cảm xúc… đều được lưu giữ trong Tâm, tuy nhiên ở một nơi nào đó chứ không phải là ở sáu thức ngoài. Vì sao? Vì năm thức trước hoạt động có gián đoạn và chỉ nhận biết với các cảnh hiện tại, nên ngôn từ và hình ảnh không thể lưu giữ lâu dài ở đó. Chúng cũng không thể được lưu giữ nơi thức thứ sáu là Ý Thức, vì Ý Thức cũng hoạt động gián đoạn. Vả lại, nếu được lưu giữ ở Ý Thức thì chúng ta phải thường xuyên thấy chúng. Trên thực tế, ngôn từ, hình ảnh và các thuộc tính của một sự vật nào đó không thường xuyên xuất hiện mà chỉ xuất hiện khi được đề cập đến. Nếu thế thì những ngôn từ hay hình ảnh này phải được lưu giữ ở một thức nào đó liên tục khác chứ không phải sáu thức ngoài gián đoạn như trên. Theo Duy thức học, đó chính là thức thứ tám. Thức thứ tám này, do có khả năng lưu giữ, nên có tên gọi là "A-lại-da Thức" hay còn gọi là "Tàng Thức", là kho chứa các trải nghiệm của cuộc sống. Trong thời điểm hiện tại, khi mắt bắt gặp một sự vật mà ta có thể gọi tên chúng, điều đó cũng có nghĩa là tên gọi cùng các thuộc tính của sự vật đã được lưu giữ từ trước trong A-lại-da Thức hay Tàng Thức. Nói theo Phân tâm học phương Tây, là đã được lưu giữ trong vô thức.

Tám thức của Duy thức học

Theo Duy thức học, Tâm (hay là "sự nhận thức", "sự hiểu biết") là sự nhận thức về sự hiện hữu của đối tượng, phát sinh tại thời khắc khi chủ thể tiếp xúc với đối tượng. Trong Phật Pháp, có nhiều cách phân loại Tâm. Riêng Duy thức học phân loại Tâm thành tám thức sau đây, gọi là "Thức" hay "Tâm Thức", nói nôm na là tám loại "nhận thức" hay "hiểu biết":

- Năm thức trước tương ứng với năm giác quan của chúng ta, đó là *Nhãn Thức, Nhĩ Thức, Tỷ Thức, Thiệt Thức, Thân Thức*. Đối tượng nhận thức của năm thức trước này là năm trần cảnh: sắc, thính, hương, vị, xúc.
- Thức thứ sáu, *Ý Thức*, là tổng hợp năm thức trên, giúp chúng ta nhận thức phân biệt các Pháp và sản sinh những cảm nhận về tâm thần. Đối tượng nhận thức của Ý Thức là Pháp.
- Thức thứ bảy, *Mạt-na Thức*, là thức chuyên làm chủ về sự lựa chọn, suy tính và nhận thức về cái ta và cái không phải ta, tức là làm chủ sự chấp trước vạn pháp. Do vậy, *Mạt-na Thức* thường gọi là thức chấp ngã hay thức ô nhiễm vì Mạt-na Thức luôn nhìn nhận, đánh giá sự vật trong ý thức rất lầm lẫn về cái "ta".
- Thức thứ tám, *A-lại-da Thức* (sa. *alaya-vijnana*) hay *Tàng Thức*, làm chủ về sự tàng trữ, bảo tồn và xây dựng vạn pháp. *Tàng Thức* là nơi lưu trữ hết thảy những trải nghiệm của mọi kiếp sống trong những hạt mầm - gọi là "*chủng tử*" (*bija*).

Nếu so sánh với Tâm lý học phương Tây thì thức thứ bảy Mạt-na thức và thức thứ tám A-lại-da Thức gộp là chính là phần "vô thức" của Tâm lý học phương Tây.

Như đã đề cập ở trên, trong Phật Pháp, "*căn*" được dùng để chỉ các giác quan của cơ thể. Chúng ta ai cũng biết năm giác quan thông thường như "*nhãn*" (mắt), "*nhĩ*" (tai), "*tỷ*" (mũi), "*thiệt*" (lưỡi), "*thân*" (xúc). Với năm căn này, ta có thể nhận biết thế giới những hình sắc, âm thanh, mùi, vị và những vật tiếp xúc. Tuy nhiên, những căn này chỉ là phần "thấy được" của thế giới. Vậy còn phần thế giới "vô hình" của những ý niệm và tư tưởng thì sao? Theo triết học Phật Giáo, căn năng thứ sáu, gọi là "ý" căn, giúp con người cảm nhận được phần thế giới của những ý niệm và tư tưởng này. Phật Giáo xem "ý" cũng là một giác quan (căn) như mắt hay tai.

Đối tượng của "ý" là Pháp, nôm na là mọi sự vật trên thế gian. Một khi ý căn tiếp xúc với pháp cảnh sẽ làm phát sinh thức thứ sáu hay Ý Thức - là sự nhận thức phân biệt của các Pháp. Nói cách khác, khi ý căn tiếp xúc với một sự vật nào đó sẽ làm phát sinh Ý Thức giúp phân biệt sự vật này với sự vật khác. Thí dụ như khi ý căn tiếp xúc với trái cam sẽ làm phát sinh Ý Thức rằng "đây là trái cam" (chứ không phải là trái táo), và hơn nữa trái cam này là tươi hay héo, tốt hay hư. Như thế Ý Thức nương vào ý căn, cũng như Nhãn Thức nương vào mắt, Nhĩ Thức nương vào tai… Câu hỏi đặt ra là ý căn nằm ở đâu? Duy thức học giải thích rằng ý căn nương

nơi Mạt-na Thức. Vì rằng Ý Thức thứ sáu lấy Mạt-na Thức làm căn, phần này là một phần của vô thức, cho nên điều này giải thích tại sao Ý Thức luôn chịu tác động của vô thức.

Mạt-na Thức và Ý Thức phân biệt

Trong khi sáu thức ngoài mang chức năng "nhận biết" các trần cảnh, còn thức thứ tám - Tàng Thức - mang chức năng lưu trữ các trải nghiệm của mọi kiếp sống, thì thức thứ bảy - Mạt-na Thức - vừa là ý căn làm chỗ nương cho Ý Thức, vừa đóng vai trò cầu nối giữa sáu thức ngoài và Tàng Thức, giúp cho Ý Thức nhận thức phân biệt được đối tượng. Mạt-na Thức còn có tên gọi là thức chấp ngã hay thức ô nhiễm và là thức có ảnh hưởng mạnh nhất trong đời sống tâm thần. Tại sao chúng ta lại nói như vậy?

Về mặt cơ học, Mạt-na Thức nhận các thông tin nhận biết từ năm thức trước, so sánh chúng với các trải nghiệm đã được lưu giữ từ trước trong Tàng Thức, suy xét, tính toán, đo lường các thông tin, rồi tác động trở lại thức thứ sáu là Ý Thức, giúp cho Ý Thức nhận biết được đối tượng hiện tại của nó là gì. Những trải nghiệm lần đầu về trần cảnh sẽ được Mạt-na Thức lưu lại trong những mầm giống (chủng tử) mới trong Tàng Thức. Những chủng tử này được Mạt-na Thức "cập nhật" thường xuyên với những thông tin hay những thuộc tính mới của đối tượng trong những lần tiếp xúc về sau.

Thí dụ, từ thuở nhỏ, ta quen biết một người bạn, cách xa rất nhiều năm không gặp. Giờ tình cờ gặp lại, ta nhận được

ngay là người bạn cũ thuở xưa. Trong rất nhiều năm đó, ta không hề nghĩ đến người ấy, mà nay bỗng nhiên gặp, vẫn nhận ra ngay. Vậy thì trong suốt thời gian này, hình ảnh của người đó được giữ ở đâu để khi vừa gặp lại ta nhận biết ra ngay? Đó chính là thức thứ tám - Tàng Thức - đã lưu giữ tất cả những nhận thức của chúng ta (như dữ liệu trong bộ nhớ của máy vi tính). Chính nơi Tàng Thức này mà hình ảnh, cảm xúc và các nhận thức về người quen mấy chục năm trước được cất giữ. Khi gặp lại, thì thức thứ bảy Mạt-na Thức, vừa song song tiếp nhận hình ảnh và các thông tin của người đang hiện diện trước mặt qua năm thức trước, vừa tìm kiếm trong bộ nhớ của Tàng Thức các nhận thức, hình ảnh tương tự, phối hợp lại, đánh giá, đo lường, để trong nháy mắt báo cho thức thứ sáu - Ý Thức - rằng đó là người quen cũ.

Thí dụ trên đây chỉ mô tả cho chúng ta biết tương tác một cách rất cơ học giữa các Thức trong bộ máy tâm thần của con người. Bức tranh của bộ máy tâm thần này sẽ dần dần rõ ràng và chi tiết hơn khi chúng ta đi sâu hơn vào chức năng của Mạt-na Thức và Tạng Thức, cùng với các thành phần của mỗi Tâm Thức.

Dưới góc độ tâm thần, bộ máy của Mạt-na Thức vô cùng vi tế và phức tạp. Bản chất của Mạt-na là thường hằng suy xét, tính toán, đo lường, không bao giờ gián đoạn. Mọi "rắc rối" trong cuộc sống con người xảy ra do là Mạt-na Thức không hoạt động với một cái tâm trong sáng mà là với một

cái tâm đầy chấp ngã. Trong quá trình suy xét, đo lường, Mạt-na Thức phân biệt rành rẽ khách thể và chủ thể, tạo nên ý thức nhị nguyên về cái "ta" và cái "không phải ta". Mạt-na khởi lên từ Tàng Thức, nắm lấy một phần nhỏ của Tàng Thức làm đối tượng, và coi phần Tàng Thức đó như là cái "ta", là tự tính riêng biệt của nó, và nắm chặt lấy cái "ta" đó. Nó mù quáng tưởng mình thực sự có một cái "ta", tưởng sự vật là "của ta". Trong bất cứ trường hợp nào nó cũng đứng về phía cái "ta", bảo vệ cái "của ta" và cái "ta thích". Nó đưa tới sự bám víu vào bản ngã, tạo ra những cảm xúc rất thiên lệch. Do vậy mà sự nhận thức nơi Mạt-na Thức không bao giờ khách quan trung thực, luôn bị cái "ta" làm cho méo mó. Mỗi khi chủ thể tiếp xúc với một trần cảnh có gắn bó với một trải niệm nào đấy liên quan tới cái "ta" trong quá khứ thì chính Mạt-na Thức là thức làm khởi phát những cảm xúc lầm lẫn cho chủ thể, kéo sâu con người vào vùng tối vô minh của cuộc sống. Chính xác, nó đúng là cái dạng của Thức mà người Phật Giáo nỗ lực tìm cách khuất phục cho bằng được vì Phật Giáo xem Mạt-na Thức đặt cơ sở trên cái nhìn mê muội giả tạo về bản ngã và thực tại.

Hơn thế nữa, sau mỗi trải nghiệm, Mạt-na Thức lại cấy ngược những nhận thức lệch lạc trở lại Tàng Thức khiến các chủng tử đã nằm sẵn trong Tàng Thức một lần nữa bị ảnh hưởng, ô nhiễm. Có thể nói Mạt-na Thức là thức gây ô nhiễm lên Tàng Thức là vì vậy. Bởi vậy, muốn tận diệt vòng tròn ô nhiễm vô tận đó, hành giả phải chấm dứt mọi hoạt động đầy phân biệt thị phi của Mạt-na Thức, biến thức này

thành thực sự vô tư trong sáng, đứng trên mọi tính chất nhị nguyên. Có vậy thì hành giả mới đạt được cách nhìn thấu đáo về tính chất huyễn hoặc của vạn vật.

Hãy khảo sát một thí dụ sau để thấy được Mạt-na Thức hành xử như thế nào dưới ảnh hưởng của cái "ta". Nhìn thấy một con chim bay ngang, Nhãn Thức chỉ đơn thuần nhận biết màu sắc và hình dáng con chim, nhưng không thể nhận biết đây là "con chim", càng không nhận biết được đây là "con chim gì", xấu tốt ra sao. Còn Ý Thức thì cho ta nhận biết được đây là "con chim gì", đây là Pháp gì. Ý Thức có được nhận biết này là nhờ có sự trợ giúp của Mạt-na Thức: Mạt-na Thức vừa song song tiếp nhận hình ảnh và các thông tin của con chim qua năm thức trước, vừa tìm kiếm trong bộ nhớ của Tàng Thức các nhận thức, hình ảnh tương tự được lưu giữ từ trước, phối hợp lại, đánh giá, đo lường, rồi báo cho thức thứ sáu - Ý Thức - rằng đó là "con chim". Xa hơn nữa, Mạt-na Thức còn báo cho Ý Thức đó là con chim gì cùng những giá trị hay dở tốt xấu của nó, thêm vào cả những thành kiến có sẵn của cá nhân, cùng với những kinh nghiệm dân gian truyền thống nằm sẵn trong vô thức của ta từ bao giờ mà ta không hay biết. Tất cả những trải nghiệm và hiểu biết này Mạt-na Thức lấy ra từ kho chứa khổng lồ của Tàng Thức, rồi đo lường, đánh giá với những thành kiến rất thiên lệch, thí dụ như: "Đây là con chim lợn, loại chim này mang theo nhiều điềm xấu…". Những nhận thức đại loại như thế được Mạt-na Thức báo lại cho thức thứ sáu Ý Thức, gây khởi phát trong Tâm Thức của chúng ta những cảm xúc đầy

thiên kiến, và từ đây quyết định mọi hành động tạo nghiệp tiếp theo của chúng ta.

A-lại-da Thức - Tàng Thức

Thức thứ tám, *A-lại-da Thức* (sa. *alaya-vijnana*) hay *Tàng Thức*, lưu trữ hết thảy những trải nghiệm của mọi kiếp sống với mục đích tàng trữ và bảo tồn vạn pháp. Chúng ta có thể hiểu khái niệm "trải nghiệm" ở đây bao hàm mọi hình tướng của tất cả các trần cảnh mà chúng ta đã gặp, đã trải qua trong suốt quá khứ. Đó là âm thanh, hình ảnh, màu sắc, hương vị, định kiến, cảm xúc… đã qua trong cuộc đời, trong mọi kiếp sống. Khái niệm "A-lại-da Thức" hay "Tàng Thức" gần với khái niệm "tiềm thức" hay "ký ức" trong Phân tâm học phương Tây, tuy nhiên khái niệm Tàng Thức còn hàm ý sâu sắc hơn rất nhiều.

Để giải thích về sự có mặt của thức thứ tám, A-lại-da Thức hay Tàng Thức, chúng ta hãy đặt vấn đề rằng, nếu chỉ có dòng chảy của ý thức, không có sự tiếp nối dưới dạng một "bản ngã", làm thế nào chúng ta nhận ra và nhớ lại các sự vật và sự kiện theo cách người khác nhận thấy, là có thể cảm nhận và dự báo được? Tương tự như thế, nếu mọi sự vật đều xuất hiện từ Tâm Thức, làm thế nào nghiệp báo (karma) có thể gây ảnh hưởng? Đối với cả hai Luận đề ấy, Đại luận sư Thế Thân đưa ra câu trả lời bằng ý tưởng về thức lưu trữ - Tàng Thức - hay gọi theo thuật ngữ Phật Giáo là A-lại-da Thức.

Dòng chảy của các biến cố tâm thần mà chúng ta trải nghiệm, để lại hạt mầm - gọi là "*chủng tử*" (*bija*) - của nghiệp trong thức lưu trữ này. Các hạt mầm được tồn trữ trong nhà kho đó cho tới tận cùng, khi hội đủ các điều kiện thích hợp, chúng chín muồi và rồi ảnh hưởng lên các biến cố về sau. Lý thuyết ấy của Đại luận sư Thế Thân đã giải thích không chỉ riêng về sự tiếp nối của kinh nghiệm mà còn cả về bản tính tự khởi tự hành của nghiệp báo. Theo cách nhìn của Phật Giáo về Nghiệp báo, Tàng Thức chứa đựng mọi kinh nghiệm trong kiếp sống của mỗi con người và nguồn gốc của tất cả các quan niệm tinh thần, là nơi tập hợp mọi nghiệp quá khứ rồi tới một thời điểm nhất định, tác động lên kiếp tái sinh. Mỗi cá thể như thế thật ra chỉ là dòng sinh diệt tiếp nối của vô số chủng tử của nghiệp, do đó, không có một bản ngã cố định.

Vì tàng trữ và tác động nên Tàng Thức còn được gọi là "Căn Thức", thức căn bản của mọi hiện tượng. Tàng Thức gồm chứa bảy thức kia, từ đó phản chiếu thành bóng ảnh khiến con người có cảm giác như thật về những cái là hình hài, sắc tướng, âm thanh, mùi vị, cảm xúc,... tức là cuộc đời. Như thế, cuộc đời vốn chỉ là bóng ảnh, ở trong nhận thức, phát sinh từ nhận thức và tắt đi cũng trong nhận thức.

Vô thức trong cách nhìn của Tâm lý học phương Tây và Duy thức học

Phân tâm học phương Tây gom tất cả sáu thức ngoài của Phật Giáo chung về cái gọi là "ý thức". Còn phần "vô thức"

của Phân tâm học phương Tây chính là bao gồm thức thứ bảy Mạt-na Thức và thức thứ tám Tàng Thức của Duy thức học. Vì chưa thể phân tách vô thức thành hai phần như Duy thức học, nên Phân tâm học phương Tây không thể lý giải tại sao con người luôn bám víu vào cái "ta" và cái "của ta", và vì vậy không thể lý giải, một cách biện chứng, rằng con người luôn sống trong một khách quan vô cùng lệch lạc, cho rằng ta là chủ thể thân tâm của chính mình. Phân tâm học phương Tây có khám phá ra rằng ý thức luôn luôn chịu ảnh hưởng của vô thức nhưng không thể chỉ ra ảnh hưởng ấy trong từng ý niệm như Duy thức học.

Tàng Thức của Đại luận sư Thế Thân có lẽ là nỗ lực sớm nhất nhằm giải thích hoạt động của tâm lý vô thức. Nếu khảo sát khoa Phân tâm học và toàn bộ ý tưởng về tâm lý vô thức của triết học phương Tây, chúng ta sẽ có thể tìm ra những điểm tương đồng với các ý tưởng của sư Thế Thân về Tàng Thức và tác động về sau của nó. Theo Tâm lý học hiện đại, các sự việc lưu lại dấu vết của chúng trong tâm trí vô thức. Chúng tồn tại ở đó mà không bị phát hiện cho tới một giai đoạn nào đó về sau trong đời người, chúng sẽ biểu thị dưới dạng các vấn đề tâm lý, mang tính cơ học máy móc, đúng như Đại luận sư Thế Thân đã chỉ ra với Tàng Thức. Tuy thế, giữa Phân tâm học phương Tây và Phật Giáo có điểm khác biệt chủ chốt. Đó là đối với Phật Giáo, nghiệp báo liên quan chủ yếu tới hành động có ý thức của chủ thể, do bản thân chúng ta tự nguyện chọn lựa. Trong khi với Sigmund Freud - cha đẻ của Phân tâm học, các kinh nghiệm lưu trữ trong vô

thức thường liên quan tới những gì do khách thể gây ra cho chúng ta chứ không phải do chúng ta (chủ thể) thể hiện một cách có chọn lựa.

Tâm Vương và Tâm Sở

Trong phần này, chúng ta sẽ bàn về hai khái niệm Tâm Vương và Tâm Sở.

Theo Duy thức học, tám loại Tâm Thức mà chúng ta trình bày ở trên gọi là các Tâm Vương. Đó là những Tâm Thức làm chủ sự nhận thức và hiểu biết về vạn pháp. Mỗi Tâm Vương làm chủ một khía cạnh của nhận thức. Năm Tâm Vương tương ứng với năm thức trước làm chủ sự nhận thức về năm trần cảnh: sắc, thính, hương, vị, xúc. Tâm Vương Ý Thức làm chủ sự nhận thức tổng hợp về vạn pháp. Tâm Vương Mạt-na Thức làm chủ sự nhận thức về cái ta và cái không phải ta, tức là làm chủ sự chấp trước vạn pháp. Tâm Vương Tàng Thức làm chủ sự tàng trữ, bảo tồn và xây dựng vạn pháp.

Những Tâm Vương này mặc dù gọi là làm chủ nhận thức, tuy nhiên nếu muốn vận hành thì cần phải có sự trợ giúp, tác động của một số những trạng thái tâm đứng đằng sau. Những trạng thái tâm này không được gọi là Tâm Thức như tám loại Tâm Thức đã đề cập ở trên bởi vì chúng không làm chủ bất kỳ một nhận thức hiểu biết nào. Tuy nhiên, chúng cũng không thể vắng mặt khi các Tâm Vương vận hành. Vai trò của những trạng thái tâm này là trợ giúp, xúc tác cho các

Tâm Vương vận hành. Các nhà Duy thức học gọi các trạng thái tâm này là các Tâm Sở (Sở hữu Tâm).

Đặc điểm của các Tâm Sở là:

1. Đồng phát sinh cùng Tâm Vương,
2. Đồng hoại diệt cùng Tâm Vương,
3. Cùng có chung một đối tượng với Tâm Vương,
4. Cùng có chung một căn với Tâm Vương.

Nên phân biệt rằng Tâm Vương làm chủ sự nhận thức. Nhưng làm chủ như thế nào, thiện hay bất thiện, tích cực hay tiêu cực, mạnh hay yếu... là do sự tác động của Tâm Sở.

Ta hãy lấy thí dụ về Tâm Sở Dục. "Dục" ở đây là "ý muốn làm", tuy nhiên không liên quan gì đến đạo đức. Chúng ta đã biết là Nhãn Thức làm chủ nhận thức về hình sắc khi Nhãn Căn tiếp xúc với một đối tượng ngoại giới. Tuy nhiên khi mắt ta tiếp xúc với một đối tượng, không phải lúc nào Nhãn Thức cũng nhận thức được hình sắc của đối tượng. Điều đó tùy thuộc vào ta có quan tâm và có ý muốn tìm hiểu đối tượng hay không. Khi mắt ta tiếp xúc với một đối tượng, nếu tâm ta muốn tìm hiểu thì Nhãn Thức sẽ nhận thức được ngay hình sắc của đối tượng. Nhưng nếu tâm ta không muốn tìm hiểu thì Nhãn Thức sẽ không phát sinh để nhận thức được hình sắc của đối tượng. Sự muốn hay không muốn ấy là do tác động của Tâm Sở Dục. Nói cách khác, trong thí dụ này Nhãn Thức có nhận thức được hình sắc của đối tượng hay không là do Tâm Sở Dục có muốn hay không.

Một Tâm Sở khác nữa mà chúng ta thường xuyên hay gặp là Tâm Sở Xúc. "Xúc" ở đây là cảm xúc, nghĩa là cảm giác sinh khởi qua sự tiếp xúc giữa Căn (giác quan), Cảnh (sự vật) và Thức. Xem một cuốn phim hay, có khi chúng ta cười vui, có khi lại chảy nước mắt vì thương cảm. Ấy chính là do tác động của Tâm Sở Xúc. Chúng ta cười hay khóc, chúng ta sống với nhân vật trong phim khi Tâm Sở Xúc tác động mạnh đến Ý Thức. Còn khi Tâm Sở Xúc tác động yếu ớt hoặc không tác động thì cho dù cuốn phim rất hay, rất xúc động, ta vẫn xem với thái độ vô tư và bàng quan.

Tâm Sở Thắng Giải là một trạng thái tâm lý khác thúc đẩy con người phóng tâm ra khỏi hoài nghi để tiến đến đối tượng với mục đích tìm hiểu đối tượng một cách tường tận, minh bạch mọi vấn đề qua sự phân tích, chọn lọc. Khi ta gặp một người trông rất quen, thoạt nhìn không nhận ra là ai. Tâm Sở Dục sẽ đòi hỏi ta phải xác định xem đó có phải là người bạn cũ hay không. Nhưng chính Tâm Sở Thắng Giải là trạng thái tâm lý tác động, thúc giục các giác quan của ta hướng về đối tượng, tìm hiểu và thu thập những điểm đặc trưng nhất của đối tượng, giúp cho Ý Thức hiểu biết rõ ràng hơn về đối tượng. Chúng ta sẽ quay lại thí dụ này trong phần phân tích về sự vận hành của Ý Thức.

Trên đây chỉ là một vài loại Tâm Sở khá phổ biến. Có rất nhiều loại Tâm Sở khác nhau. Có những Tâm Sở rất cần thiết cho sự vận hành của các Tâm Vương trong việc nhận thức vạn pháp như Tâm Sở Xúc, Tác Ý, Thọ, Tưởng, Tư.

Có những Tâm Sở giúp cho việc hiểu biết vạn pháp của các Tâm Vương được minh tuệ hơn như Tâm Sở Thắng Giải, Định, Huệ... Có những Tâm Sở gây ảnh hưởng tiêu cực đến tâm linh khiến chúng ta ham muốn, giận dữ, phiền não... như Tâm Sở Tham, Sân, Si, Mạn, Phẫn, Não, Hận... Lại có những Tâm Sở khuyến khích việc hay điều thiện như Tâm Sở Tín, Quí, Vô Tham, Vô Sân, Vô Si, Tinh Tấn, Hành Xả...

Dựa vào tính chất và giá trị khác nhau của các Tâm Sở, Duy thức học chia những trạng thái tâm lý này thành 51 loại và phân làm sáu nhóm như sau:

1. Biến Hành Tâm Sở gồm có 5 loại: *1- Xúc, 2- Tác Ý, 3- Thọ, 4- Tưởng, 5- Tư.* Gọi là biến hành là vì năm Tâm Sở này bao giờ cũng hiện hành với một Tâm Vương.

2. Biệt Cảnh Tâm Sở gồm có 5 loại: *1- Dục, 2- Thắng giải, 3- Niệm, 4- Định, 5- Huệ.* Đây là năm Tâm Sở xác định ngoại cảnh.

3. Thiện Tâm Sở gồm có 11 loại: *1- Tín, 2- Tàm, 3- Quý, 4- Vô Tham, 5- Vô Sân, 6- Vô Si, 7- Tinh Tấn, 8- Khinh An, 9- Bất Phóng Dật, 10- Hành Xả, 11- Bất Hại.* Đây là các Tâm Sở hướng Tâm Vương đến điều thiện.

4. Căn Bản Phiền Não Tâm Sở gồm có 6 loại: *1- Tham, 2- Sân, 3- Si, 4- Mạn, 5- Nghi, 6- Ác Kiến.*

5. Tùy Phiền Não Tâm Sở gồm có 20 loại: *1- Phẫn, 2- Hận, 3- Phú, 4- Não, 5- Tật, 6- Xan, 7- Cuống, 8- Siểm, 9- Hại, 10- Kiêu, 11- Vô tàm, 12- Vô Quý, 13- Trạo Cự,*

14- Hôn Trầm, 15- Bất Tín, 16- Giải Đãi, 17- Phóng Dật, 18- Thất Niệm, 19- Tán Loạn, 20- Bất Chánh Tri.

6. Bất Định Tâm Sở gồm có 4 loại: *1- Hối, 2- Miên, 3- Tầm, 4- Tư.* Gọi là bất định vì các Tâm Sở này thay đổi trạng thái tùy theo các Tâm Vương.

Cách phân loại Tâm Sở này của Duy thức học khác với các tông phái Phật Giáo khác như Thượng Tọa bộ và Thuyết Nhất thiết hữu bộ. Thượng tọa bộ phân thành 52 loại Tâm Sở và Thuyết Nhất thiết hữu bộ phân thành 46 loại Tâm Sở. Trong giới hạn của cuốn sách này, chúng ta chỉ cần hiểu thế nào là Tâm Sở và không đi sâu vào chi tiết của các loại Tâm Sở này.

Pháp - đối tượng nhận biết của Ý Thức

Bây giờ chúng ta sẽ quay lại câu hỏi tại sao lại nói đối tượng nhận biết của Ý Thức là Pháp? Và tâm của ta vận hành như thế nào để tạo ra một ý niệm về Pháp trong Ý Thức?

Như đã nói ở trên, "Pháp" theo Phật Giáo được định nghĩa là tất cả các đối tượng của nhận thức, và nói nôm na thì mọi sự vật trên thế gian đều là Pháp. Mỗi sự vật trên thế gian đều có những thuộc tính nhất định thuộc về hình ảnh, màu sắc, âm thanh, hương vị, đụng chạm, cảm xúc… giúp cho người ta có thể phân biệt được sự vật này với sự vật khác. Những thuộc tính như thế gọi là "*tướng*" hay "*hình tướng*" trong ngôn ngữ Phật Giáo. Hình tướng của những chúng sinh hữu tình như các loại động vật, trong đó gồm có

con người, được gọi là "*ngã tướng*". Còn cho các chúng sinh vô tình như thực vật, khoáng chất... gọi là "*pháp tướng*". Gộp chung cả hai loại gọi là "*ngã pháp*". Như thế hai người sinh đôi trông có thể giống nhau, nhưng vẫn hoàn toàn khác nhau, nguyên vì chúng có hai ngã tướng khác nhau.

Nói vậy thì "*ngã pháp*", hay "*ngã tướng*", "*pháp tướng*" là hình tướng của tất cả các Pháp giúp cho Ý Thức có thể nhận thức và phân biệt. Những hình tướng này được kết hợp lại và lưu giữ trong các hạt mầm - chủng tử trong Tàng Thức.

Như đã nói trong phần trên, năm thức trước chỉ phân biệt được những trần cảnh trong phạm vi của nó, chứ không thể vượt ngoài phạm vi đó. Khi nhìn một trái cam, Nhãn Thức chỉ đơn thuần nhận biết sắc vàng và hình dáng trái cam, Tỷ Thức chỉ đơn thuần nhận biết hương thơm,… còn Ý Thức thì cho ta nhận biết được đây là "trái cam", tươi hay héo, tốt hay hư... Điều đó có nghĩa là đối tượng nhận thức của Ý Thức là sự vật, là Pháp. Vì sao lại như vậy? Vì rằng năm giác quan của ta chỉ ghi nhận một góc nào đấy những hình tướng của Pháp ở thời điểm hiện tại, cho nên năm thức trước chỉ biết được trần cảnh tại khoảnh khắc hiện tại, và cảnh hiện tại là một trong vô số hình tướng của Pháp. Tuy nhiên, thông qua hình tướng của Pháp nơi năm thức trước, nhờ có thức thứ bảy Mạt-na Thức và thức thứ tám Tàng Thức mà Ý Thức nhận biết được Pháp đó là gì. Đây là chỗ khác biệt căn bản giữa Ý Thức và năm thức trước: năm thức trước chỉ

nhận biết những hình tướng riêng lẻ của Pháp, còn Ý Thức nhận biết tổng hợp về sự vật nói chung thông qua năm thức trước, tức là Pháp. Pháp bên ngoài thông qua năm thức trước đã trở thành những hình ảnh ở trong tâm. Những hình ảnh này chính là Pháp Trần, là đối tượng nhận biết của Ý Thức.

> "Pháp Trần" theo Phật Giáo được định nghĩa là bóng ảnh của năm trần lưu lại trong ý thức. Khi mắt không còn thấy sắc, tai không còn nghe thấy âm thanh, mũi không ngửi được mùi, lưỡi không nếm thấy vị, thân không còn tiếp xúc, đụng chạm. . . nhưng trong ý thức vẫn còn tái hiện lại được bóng ảnh của năm trần: bóng ảnh đó gọi là "Pháp Trần", cũng là Tướng Phần của Ý Thức như sẽ trình bày dưới đây.

Đến lúc này chúng ta đã có thể nhìn thấy bao quát bức tranh về chức năng của mỗi thức trong bộ máy tâm lí của con người. Có thể nói cá nhân mỗi chúng ta phải qua bao nhiêu loại Thức mới nhận biết được một Pháp một cách đầy đủ trọn vẹn. Trở lại thí dụ về trái cam, khi nhìn một trái cam, những hiểu biết của chúng ta về trái cam không hình thành chỉ bởi một mà là cả tám Thức: (1) Nhờ có Nhãn Thức (cái biết của con mắt) mới nhận thức được hình sắc của trái cam; (2) Nhờ có Nhĩ Thức (cái biết của lỗ tai) mới nhận thức được cái "không có âm thanh" của trái cam; (3) Nhờ có Tỷ Thức (cái biết của mũi) mới nhận thức được cái mùi của trái cam; (4) Nhờ có Thiệt Thức (cái biết của lưỡi) mới nhận thức cái vị của trái cam; (5) Nhờ có Thân Thức (cái biết của thân) mới có thể nhận thức cái sần sùi của trái cam; (6) Phải có

Ý Thức mới nhận thức được pháp trần của trái cam: đây là trái cam, tươi hay héo, tốt hay hư v.v…; (7) Phải có Mạt-na Thức thứ Bảy mới phân biệt cái này thuộc của mình hay của người; (8) Lại phải có Tàng Thức thứ Tám mới tạo và lưu giữ được hình tướng và mọi thuộc tính của trái cam.

Tóm lại phải đủ bao nhiêu loại Thức này, chúng ta mới có thể nhận biết đầy đủ về sự vật.

Bây giờ chúng ta sẽ bàn về vấn đề tiếp theo: Tâm chúng ta vận hành thế nào để tạo ra một ý niệm về Pháp cho Ý Thức?

Bốn thành phần của Tâm Thức

Theo Duy thức học, một ý niệm về Pháp được hình thành thông qua bốn phần của mỗi Thức. Đó là: (1) *Tướng Phần*; (2) *Kiến Phần*; (3) *Tự Chứng Phần*; và (4) *Chứng Tự Chứng Phần.*

Trong tám Thức, thì Thức nào cũng có bốn phần như vậy.

1/ *Tướng Phần* (phần hình tướng): là phần đối tượng của nhận thức (hay Tâm Thức). Đây là *phần hình tướng* của sự vật làm đối tượng nhận thức cho Tâm Thức, thuộc phía khách quan của Tâm Thức. Khái niệm "Tướng Phần" trong Duy thức học tương đương với khái niệm "hiện tượng" trong triết học phương Tây.

2/ *Kiến Phần* (phần nhận thức): là phần chủ thể của nhận thức hay là *phần hiểu biết* của Tâm Thức, chỉ khả năng cảm

nhận như thấy, nghe, ngửi v.v… của các thức. Kiến Phần thuộc phía chủ quan của Tâm Thức. Khái niệm "Kiến Phần" trong Duy thức học tương đương với khái niệm "nhận thức" trong triết học phương Tây.

Cả hai phần "Tướng Phần" và "Kiến Phần" đều nằm bên ngoài của Tâm Thức. Nhờ có hai phần này mà chúng ta có khả năng hiểu biết mọi sự vật trong vũ trụ.

3/ *Tự Chứng Phần* (phần tự kiểm chứng): là phần thể chất của mỗi Tâm Thức có khả năng kích hoạt Kiến Phần và kiểm chứng nhận thức về sự vật của Kiến Phần là đúng hay sai. Tự Chứng Phần nằm bên trong Tâm Thức và được lưu giữ trong các hạt giống nơi Tàng Thức.

4/ *Chứng Tự Chứng Phần* (kiểm chứng phần tự kiểm chứng): là bộ phận khác của thức có khả năng tiếp xúc với Tự Chứng Phần và chứng minh sự xác chứng của Tự Chứng Phần là đúng hay sai. Phần này cũng thuộc về căn thức của mỗi Tâm Thức có nhiệm vụ bảo trì hạt giống Tâm Thức và hỗ trợ Tự Chứng Phần làm nơi nương tựa cho Kiến Phần.

Mỗi Tâm Thức khi nắm bắt một ngoại cảnh, thí dụ Nhãn Thức đối diện với sắc trần thì hình ảnh do Nhãn Thức biến hiện ra gọi là Tướng Phần, phần nhận thức được Tướng Phần gọi là Kiến Phần, bộ phận của nhận thức kiểm chứng xem nhận thức đó đúng hay sai là Tự Chứng Phần, và bộ phận xác định lại nhận thức của Tự Chứng Phần nhằm xóa bỏ mọi hoài nghi là Chứng Tự Chứng Phần. Thí dụ như khi ta nhìn thấy trái cam: hình sắc tự thân của trái cam thuộc về Sắc

Trần; bóng ảnh của trái cam được tạo ra trong Nhãn Thức thuộc về Tướng Phần của Nhãn Thức; phần của Nhãn Thức nhận thức được hình sắc của trái cam thuộc về Kiến Phần của Nhãn Thức; Tự Chứng Phần kiểm chứng xem nhận thức của Kiến Phần về hình dáng màu sắc của trái cam có đúng hay không; và sau cùng Chứng Tự Chứng Phần của Nhãn Thức mới xác định lại hình dáng màu sắc của trái cam mà Tự Chứng Phần Nhãn Thức đã nhận định. Trong thí dụ này, chúng ta chỉ khảo sát trái cam từ khía cạnh của Nhãn Thức, do đó chúng ta chỉ hiểu biết phần hình sắc của trái cam. Nếu muốn có một hiểu biết đầy đủ về sự vật thì cả tám Thức đồng thời phải phát sinh tác dụng.

Như trên đã đề cập, Duy thức học phân loại tám loại Tâm Thức khác nhau. Mỗi Tâm Thức tự nó có thể chất, có những thuộc tính riêng biệt lưu giữ trong những hạt giống nơi Tàng Thức. Thể chất của Tâm Thức này không giống thể chất của Tâm Thức kia, những thuộc tính của Tâm Thức này không giống những thuộc tính của Tâm Thức kia, và hạt giống của Tâm Thức này cũng không liên quan với hạt giống của Tâm Thức kia. Thể chất, thuộc tính và hạt giống của các Tâm Thức khác nhau không quan hệ với nhau trong sự hiểu biết về vạn pháp. Với đặc tính như thế, mỗi Tâm Thức chỉ có thể hiểu biết vạn pháp trong phạm vi giới hạn của riêng mình.

Nói cách khác, Tự Chứng Phần của mỗi Tâm Thức mỗi khi phát sinh tác dụng để có thể nhận thức được trần cảnh chỉ có thể hiểu biết sự vật trong phạm vi của hình tướng và

những thuộc tính riêng biệt của sự vật đó do mỗi Tâm Thức tạo ra. Hạt giống Nhãn Thức chỉ có khả năng nhìn thấy hình sắc của sự vật nhưng không có khả năng ngửi được mùi của sự vật. Hạt giống Tỷ Thức chỉ có khả năng ngửi được mùi của sự vật nhưng không thể nhìn thấy được hình sắc... Chỉ riêng có Ý Thức là Thức có thể kết hợp hiểu biết của tất cả năm thức trước và giúp cho chúng ta có nhận thức đầy đủ về sự vật. Trong thí dụ về trái cam ở trên, Kiến Phần của Nhãn Thức chỉ nhận thức được hình sắc của trái cam, trong khi Kiến Phần của Tỷ Thức lại chỉ nhận thức được hương thơm của trái cam, và Kiến Phần của Ý Thức, ở một phạm trù rộng hơn, nhận thức đầy đủ rằng đây là trái cam với tất cả những nét đặc trưng nhất của nó.

Đến đây thì hiểu biết của chúng ta về bốn phần của mỗi Tâm Thức đã khá rõ ràng: hạt giống Tự Chứng Phần của mỗi Tâm Thức sẽ khởi động Kiến Phần để tiếp xúc và hiểu biết Tướng Phần của sự vật được Tâm Thức đó tạo ra dựa theo hình tướng của sự vật đó. Tướng Phần chính là bóng ảnh của trần cảnh từ nơi một sự vật bên ngoài phản ảnh vào để làm đối tượng nhận thức cho Kiến Phần của Tâm Thức. Kiến Phần mỗi khi phát sinh tác dụng làm chủ thể của nhận thức thì mới tạo ra Tướng Phần của sự vật làm đối tượng của nhận thức. Ngược lại, Kiến Phần nếu như không phát sinh tác dụng làm chủ thể của nhận thức thì nhất định không tạo ra Tướng Phần của sự vật làm đối tượng của nhận thức. Tuy nhiên, Kiến Phần là chủ thể hay Tướng Phần là đối tượng, tất cả đều do Tự Chứng Phần của mỗi Tâm Thức phát sinh.

Chúng ta hãy cùng khảo sát toàn bộ vận hành giữa Tướng Phần, Kiến Phần, Tự Chứng Phần, Chứng Tự Chứng Phần qua sinh hoạt của các Thức như sau.

Với Nhãn Thức và năm thức trước

Theo giải thích của giải phẫu học hiện đại, mắt là cơ quan đầu vào của thị giác. Đôi mắt thu nhận ánh sáng phản xạ từ môi trường xung quanh và mã hóa nó thành các xung điện hóa học trong tế bào thần kinh mắt. Những xung điện hóa học này được gửi đến vùng vỏ não thị giác của bộ não. Ở đây chúng được giải mã và tái tạo lại thành hình ảnh giống như của sự vật bên ngoài.

Về mặt giải phẫu, mắt có một cấu trúc phức tạp bao gồm một ống kính trong suốt tập trung ánh sáng vào võng mạc. Võng mạc là một phần tách biệt của não bộ và được bao phủ bởi hai loại tế bào cơ bản cảm thụ với ánh sáng có hình que hoặc hình nón (gọi là "thụ thể ánh sáng" - light receptor). Những tế bào này có chức năng chuyển đổi ánh sáng thành các tín hiệu thần kinh. Võng mạc được nối đến mặt sau của bộ não thông qua hệ thống dây thần kinh thị giác.

Nếu chúng ta đặt một vật thể trong một phòng tối thì chắc chắn chúng ta sẽ không nhìn thấy vật thể đó. Tuy nhiên, nếu chúng ta rọi một nguồn sáng vào vật thể đó thì chúng ta có thể nhìn thấy nó. Nguyên do là ánh sáng chiếu vào vật thể đã phản xạ trở lại vào mắt ta. Ở con người, mắt là một hệ thống quang học phức tạp thu nhận ánh sáng phản xạ từ môi

trường xung quanh, điều khiển rồi tập trung ánh sáng thông qua một hệ thống ống kính có khả năng tự điều chỉnh để tạo thành một hình ảnh (ngược) trên võng mạc. Các thụ thể ánh sáng trên võng mạc phát hiện các quang tử kích thích và đáp ứng bằng cách mã hóa hình ảnh trên võng mạc thành một tập hợp các tín hiệu thần kinh. Những tín hiệu này được dây thần kinh thị giác truyền đến vùng vỏ não thị giác. Tại đây những tín hiệu điện này được giải mã và tái tạo lại thành hình ảnh ba chiều của sự vật đúng như nhìn thấy bên ngoài. Sự "nhìn" như thế xảy ra tại bộ não chứ không phải ở mắt. Điều này giải thích cho trường hợp người bị ngất hoặc người bị chụp thuốc mê, chúng ta vạch đôi mắt của họ vẫn thấy con ngươi còn trong như gương và chúng ta cũng vẫn nhìn thấy hình ảnh của mình hiện rõ trong con ngươi, nhưng thực sự họ hoàn toàn không nhìn thấy chúng ta qua hình ảnh này. Lý do là bởi vì mặc dù bộ máy quang học của mắt người tuy vẫn có thể thu nhận ánh sáng phản xạ từ môi trường xung quanh và tạo ra hình ảnh trên võng mạc, nhưng ở người bị ngất hoặc người bị chụp thuốc mê, một số vùng của bộ não trong đó có các vùng liên quan đến các giác quan mất khả năng hoạt động. Kết quả là sự nhìn đã không xảy ra.

Đó là cách giải thích của khoa giải phẫu học hiện đại. Vậy thì Duy thức học kiến giải như thế nào về vấn đề này? Rất ngạc nhiên là mặc dù ra đời từ hơn 2.000 năm trước, cách giải thích của Duy thức học về hoạt động của Nhãn Thức vẫn khá gần với khoa giải phẫu học hiện đại, mặc dù không thật chi tiết. Tuy nhiên về mặt tâm lý học, Duy thức

học còn đi một bước xa hơn trong những kiến giải về việc hình thành ý thức trong bộ máy tâm linh của con người.

Theo giải thích của Duy thức học, Tự Chứng Phần của Nhãn Thức từ trong Tàng Thức phát sinh Kiến Phần và Kiến Phần này có thể tiếp xúc với trung tâm thần kinh thị giác (thực chất là vùng vỏ não thị giác như đã nói ở trên). Kiến Phần Nhãn Thức khi tiếp xúc với vùng vỏ não thị giác sẽ điều khiển hai con mắt (Tâm Sở Huệ) thu thập ánh sáng xung quanh và thu hình ảnh (Sắc Trần) của sự vật bên ngoài thành một hình ảnh ngược trên võng mạc. Hình ảnh ngược này sẽ được Tâm Sở Xúc mang vào vùng vỏ não thị giác và tại đây được Kiến Phần Nhãn Thức tiếp xúc và điều chỉnh thành hình ảnh ba chiều đúng như hình ảnh của sự vật trong thực tế. Hình ảnh này trên vùng vỏ não thị giác chính là Tướng Phần Nhãn Thức (cũng có tên gọi khác là "Ảnh Tử", theo Hán ngữ có nghĩa là "bóng ảnh"). Kiến Phần Nhãn Thức nương nơi Tướng Phần này để hiểu biết trần cảnh của một sự vật bên ngoài. Kiến Phần Nhãn Thức nếu như không hoạt động thì Tướng Phần Nhãn Thức sẽ không được tạo thành, và Nhãn Thức sẽ không có đối tượng để hiểu biết và sự "nhìn" sẽ không xảy ra. Quay trở lại trường hợp người bị ngất hoặc người bị chụp thuốc mê, mặc dù rằng chúng ta cũng vẫn nhìn thấy hình ảnh của mình hiện rõ trong con ngươi, nhưng Nhãn Thức của họ thì hoàn toàn không nhìn thấy chúng ta qua hình ảnh này. Nguyên do là vì Tự Chứng Phần Nhãn Thức của người bị ngất hoặc của người bị chụp thuốc mê không phát sinh Kiến Phần để tiếp xúc với vùng

vỏ não thị giác và điều khiển mọi hoạt động thị giác. Do vậy, Tướng Phần Nhãn Thức không được tạo thành trên vùng vỏ não thị giác.

Hoạt động của Tướng Phần, Kiến Phần, Tự Chứng Phần và Chứng Tự Chứng Phần của Nhĩ Thức (tai), Tỷ Thức (mũi), Thiệt Thức (lưỡi), Thân Thức (xúc chạm) cũng tương tự như của Nhãn Thức. Nói chung, với năm thức trước, Tự Chứng Phần của mỗi Thức từ trong Tàng Thức phát sinh Kiến Phần (phần hiểu biết) của Thức đó và Kiến Phần này có khả năng tiếp xúc với các vùng thần kinh tương ứng với các giác quan trên vỏ não. Kiến Phần khi phát sinh tác dụng sẽ điều khiển các giác quan thu thập thông tin về trần cảnh xung quanh nhờ các thụ cảm và đem những thông tin này trở vào bộ não. Tại đây Kiến Phần xử lý những thông tin thu được để tạo ra Tướng Phần (bóng ảnh) riêng biệt của mỗi Tâm Thức: Tướng Phần của Nhãn Thức là hình sắc, Tướng Phần của Nhĩ Thức là âm thanh, Tướng Phần của Tỷ Thức là mùi, Tướng Phần của Thiệt Thức là vị, Tướng Phần của Thân Thức là cảm giác đụng chạm của xúc giác. Kiến Phần của mỗi Thức nương nơi Tướng Phần này để nhận thức trần cảnh của một sự vật bên ngoài qua hình sắc (đối với Nhãn Thức), âm thanh (đối với Nhĩ Thức), mùi (đối với Tỷ Thức), vị (đối với Thiệt Thức), xúc chạm (đối với Thân Thức) của sự vật.

Đó là quá trình tạo thành Tướng Phần của năm thức trước. Tuy nhiên, sự tạo thành Tướng Phần của Ý Thức, Mạt-na Thức và Tàng Thức lại có sự khác biệt.

Trong cách giải thích hoạt động của năm thức trước ở trên, chúng ta chủ yếu tập trung sự phân tích vào vai trò của Tướng Phần và Kiến Phần. Chúng ta sẽ đề cập nhiều hơn đến vai trò của Tự Chứng Phần và Chứng Tự Chứng Phần trong phần sau khi giải thích đến sự hoạt động của Ý Thức, Mạt-na Thức và Tàng Thức.

Với Ý Thức

Như đã trình bày ở trên, Kiến Phần của năm thức trước (từ Nhãn Thức cho đến Thân Thức) không thể tiếp xúc trực tiếp với năm trần cảnh của sự vật bên ngoài để hiểu biết sự vật đó một cách trực tiếp. Kiến Phần của năm thức trước chỉ có khả năng nhận thức một khía cạnh nào đó của sự vật bên ngoài gián tiếp thông qua năm Tướng Phần của sự vật đó. Năm Tướng Phần riêng biệt này là do năm Kiến Phần của năm thức trước dựa theo trần cảnh bên ngoài của sự vật tạo ra làm đối tượng của nhận thức. Ý Thức thứ sáu cũng vậy, nghĩa là Ý Thức thứ sáu cũng chỉ có khả năng nhận thức một sự vật bên ngoài gián tiếp thông qua Tướng Phần riêng biệt do chính Kiến Phần của Ý Thức tạo ra. Cái khác nhau giữa năm thức trước và Ý Thức là ở chỗ Tướng Phần của năm thức trước là bóng ảnh đơn lẻ của các trần cảnh phát sinh từ nơi một sự vật bên ngoài; còn với Ý Thức, vì rằng đối tượng nhận thức của Ý Thức là Pháp, cho nên Tướng Phần của Ý Thức phải là bóng ảnh tổng hợp tất cả các Tướng Phần của năm thức trước cùng với những giá trị đặc trưng nhất của sự vật. Do vậy, quá trình hình thành Tướng Phần của Ý Thức

thứ sáu có nét đặc biệt riêng không giống quá trình hình thành Tướng Phần của năm thức trước.

Theo giải thích của Duy thức học, Tự Chứng Phần của Ý Thức từ trong Tàng Thức phát sinh Kiến Phần Ý Thức và Kiến Phần này có thể tiếp xúc với bộ não để liên lạc với Kiến Phần của năm thức trước và hiểu biết về sự vật đang hiện hữu thông qua Tướng Phần của năm thức trước. Kiến Phần Ý Thức sẽ tổng hợp tất cả các Tướng Phần của năm thức trước cùng với những giá trị đặc trưng từ sự vật để tạo ra Tướng Phần riêng biệt cho Ý Thức và giúp Ý Thức có thể nhận thức đầy đủ về sự vật.

Cần nhấn mạnh rằng, Tướng Phần đối tượng của Kiến Phần Ý Thức thứ sáu không phải đơn thuần là Tướng Phần đối tượng của Kiến Phần năm thức trước mà là bóng ảnh tổng hợp của tất cả những giá trị đặc trưng của sự vật được hiện bày bên trong Tướng Phần đối tượng của Kiến Phần năm thức trước. Tuy khác nhau về Tướng Phần đối tượng, nhưng Kiến Phần Ý Thức thứ sáu, nếu như không có Tướng Phần đối tượng của năm thức trước trợ duyên thì nhất định không thể tạo ra Tướng Phần riêng làm đối tượng nhận thức cho riêng mình. Do vì Tướng Phần của Ý Thức là bóng ảnh tổng hợp tất cả các Tướng Phần của năm thức trước cùng những giá trị đặc trưng nhất của sự vật, giúp cho Ý Thức có thể nhận thức đầy đủ về sự vật, cho nên Đức Phật mới gọi Tướng Phần của Ý Thức thứ sáu bằng một tên gọi riêng gọi là "*Pháp Trần*" - hàm ý "bóng ảnh của sự vật". Nếu đây là

lần đầu tiên chúng ta tiếp xúc với đối tượng thì "bóng ảnh" này sẽ được lưu giữ trong những hạt giống chủng tử nơi Tàng Thức nhằm giúp cho Ý Thức có thể nhận thức phân biệt được đối tượng trong những lần tiếp xúc về sau.

> Trong ngôn ngữ hiện đại thì "Pháp Trần" hay "bóng ảnh của sự vật" thực chất là tập hợp thông tin về những thuộc tính của sự vật được chuyển tải từ năm giác quan như hình sắc, âm thanh, mùi, vị, xúc chạm. Tập hợp những thông tin này được lưu giữ trong vùng vô thức (Tàng Thức) và cho phép chúng ta (Ý Thức) có thể nhận thức phân biệt được sự vật mỗi khi tiếp xúc.

Chúng ta cùng khảo sát sự vận hành của năm thức trước và Ý Thức thứ sáu qua thí dụ một người đang đọc sách như sau. Khi một người đọc sách, ít nhất có hai thức là Nhãn Thức và Ý Thức tham gia trong quá trình nhận thức: những dòng chữ trên trang sách thuộc về Sắc trần, bóng ảnh của những trang sách đã đọc do Kiến Phần Nhãn Thức tạo ra trên bộ não thuộc về Tướng Phần của Nhãn Thức. Trong khi đọc, Tự Chứng Phần của Ý Thức từ trong Tàng Thức phát sinh Kiến Phần Ý Thức và Kiến Phần này có thể tiếp xúc với bộ não để liên lạc với Kiến Phần của Nhãn Thức và hiểu biết về nội dung cuốn sách thông qua Tướng Phần của Nhãn Thức. Khi đó Kiến Phần Ý Thức sẽ khảo sát Tướng Phần của Nhãn Thức cùng với những giá trị đặc trưng nhất của nội dung cuốn sách để tạo ra Tướng Phần riêng cho Ý Thức và giúp Ý Thức có thể nhận thức đầy đủ về nội dung cuốn sách. Ở đây

Tướng Phần của Ý Thức chính là nội dung của cuốn sách. Người đọc nắm được nội dung cuốn sách chính là nhờ Kiến Phần Ý Thức hiểu biết được Tướng Phần này.

Cũng trong thí dụ đọc sách ở trên, nếu người đọc lại đọc sách với một tâm trạng sao lãng hay vừa đọc sách vừa suy nghĩ về một việc gì khác, thì việc vận hành của Ý Thức cũng sẽ chệch choạc và việc đọc cũng không có hiệu quả. Trong trường hợp này, Tự Chứng Phần của Ý Thức từ trong Tàng Thức vẫn phát sinh Kiến Phần Ý Thức, tuy nhiên do vì người đọc chỉ đọc sách với một tâm trạng sao lãng cho nên Kiến Phần Ý Thức trong trường hợp này sẽ "hợp tác rất chểnh mảng" với Kiến Phần Nhãn Thức, lúc có lúc không. Kiến Phần Nhãn Thức thì vẫn nhìn chữ để đọc nhưng Kiến Phần Ý Thức lại không chịu hợp tác chặt chẽ. Kết quả là Tướng Phần của Ý Thức được tạo thành rất mờ nhạt trong bộ não khiến Kiến Phần Ý Thức nhận thức rất yếu ớt về nội dung câu chuyện. Do vậy, mặc dù bóng ảnh của những trang sách của câu chuyện vẫn được tạo ra nơi bộ não, thế nhưng người đọc hiểu biết rất "lõm bõm" về câu chuyện bởi vì nhận thức về cốt truyện và các tình tiết đã không được hình thành rõ nét trong tâm thức của người đọc.

Trong cuốn sách *Khảo sát Duy thức học* của Hòa thượng Thích Thiện Hoa có kể một thí dụ rất sinh động mô tả một trường hợp khác nữa trong quan hệ rất hữu cơ giữa Kiến Phần Ý Thức và Kiến Phần năm thức trước. Thí dụ kể về câu chuyện một cháu gái chuẩn bị đi xem phim, nhưng bà nội

của cháu bắt cháu phải đọc xong truyện cổ tích cho bà nghe xong mới được đi. Cháu cố đọc nhanh cho mau hết để đến rạp chiếu phim kịp giờ. Khi đọc xong câu chuyện trên, cháu bỏ chạy cho mau đến rạp chiếu phim. Có người hỏi cháu câu chuyện cổ tích nói gì. Cháu trả lời là cháu không biết. "Tại sao con không biết?" "Tại vì con chỉ đọc cho bà con nghe chứ con không để ý câu chuyện nói gì". Duy thức học giải thích như thế nào trong trường hợp này? Khác với hai trường hợp đầu, trong khi cháu gái đọc truyện, Kiến Phần Ý Thức "hoàn toàn không hợp tác" với Kiến Phần Nhãn Thức. Ở đây chúng ta dùng từ "hoàn toàn không hợp tác" do vì cháu gái chỉ đọc truyện như một cái máy. Kiến Phần Nhãn Thức vẫn nhìn chữ để đọc nhưng Kiến Phần Ý Thức thì "hoàn toàn không hợp tác" để nhận thức. Do đó, mặc dù bóng ảnh của những trang sách của câu chuyện vẫn được tạo ra nơi bộ não, thế nhưng nhận thức về cốt truyện và các tình tiết đã không được hình thành trong tâm thức của cháu do cháu hoàn toàn không để ý khi đọc sách. Bởi vậy khi có người hỏi rằng câu chuyện nói gì, cháu trả lời là cháu không biết.

Quay lại vấn đề là sau khi chúng ta tiếp xúc với một đối tượng và Tướng Phần của Ý Thức (Pháp Trần) được tạo thành trên não bộ thì chuyện gì sẽ xảy ra tiếp theo? Vai trò của Tự Chứng Phần và Chứng Tự Chứng Phần là gì? Chúng ta hãy cùng nhau quay trở lại thí dụ về chuyện người bạn cũ sau nhiều năm gặp lại để làm sáng tỏ những câu hỏi này. Khi chúng ta nhìn thấy một đối tượng giống như một người

bạn cũ xuất hiện trước mắt ta, ngay lập tức Kiến Phần của năm thức trước sẽ xây dựng các Tướng Phần riêng biệt của mình thông qua các trần cảnh của đối tượng đang hiện hữu dựa theo hình sắc (đối với Nhãn Thức), âm thanh (đối với Nhĩ Thức), mùi (đối với Tỷ Thức), vị (đối với Thiệt Thức), xúc chạm (đối với Thân Thức) của đối tượng. Kiến Phần Ý Thức sau đó sẽ tổng hợp tất cả các Tướng Phần của năm thức trước cùng với những giá trị đặc trưng đã thu thập từ đối tượng để tạo ra Tướng Phần riêng cho Ý Thức và giúp Ý Thức có thể nhận thức đầy đủ về đối tượng. Sau khi đã nhận thức đầy đủ về đối tượng, Ý Thức đặt câu hỏi đây có phải là người bạn cũ năm xưa hay không? Bây giờ là công việc của Tự Chứng Phần và câu trả lời sẽ tùy thuộc rất nhiều vào "chất lượng" của bóng ảnh về người bạn cũ đã được lưu giữ ngày trước trong Tàng Thức. Nếu kỷ niệm và ấn tượng ngày xưa về người bạn cũ đó rất mạnh thì bóng ảnh về người bạn cũ sẽ được lưu giữ rất đậm nét nơi Tàng Thức và Tự Chứng Phần có thể đem ra so sánh với Tướng Phần hiện tại và khẳng định cho Ý Thức biết ngay rằng đây là người bạn cũ. Ý Thức là nơi nhận kết quả của sự xác chứng này. Tuy nhiên, trong thực tế nhiều khi sự xác chứng của Tự Chứng Phần chưa đủ độ tin cậy và Tự Chứng Phần không thể tự xác chứng ngay rằng đây là người bạn cũ. Khi đó, muốn xác chứng được chính xác cần phải có một bước tiếp theo để xác nhận cho sự chứng thành của Tự Chứng Phần. Đây là công việc của Chứng Tự Chứng Phần. Trong trường hợp này, Kiến Phần Ý Thức sẽ khởi phát Tâm Sở Thắng Giải, và

Tâm Sở Thắng Giải sẽ điều khiển các giác quan tiếp tục tiếp xúc với đối tượng, tìm hiểu và thu thập thêm các chi tiết đặc trưng khác nữa của đối tượng để giúp cho Ý Thức có hiểu biết cặn kẽ hơn về đối tượng. Trong thí dụ này ta sẽ quan sát kỹ hơn khuôn mặt, ánh mắt, màu da, giọng nói, những vết đặc thù, dáng đi của đối tượng... Cùng lúc, Chứng Tự Chứng Phần sẽ hướng vào trong để lấy thêm ra những thông tin khác nữa đã được lưu trữ trong Tàng Thức để cung cấp cho Tự Chứng Phần. Tự Chứng Phần sẽ đối chiếu những thông tin vừa được Chứng Tự Chứng Phần cung cấp với các thông tin mới mà Kiến Phần Ý Thức vừa tìm hiểu từ đối tượng để đi đến kết luận cuối cùng. Kết luận này sẽ khẳng định cho Ý Thức biết rằng đó có phải là người bạn cũ hay không.

Trường hợp ấn tượng ngày xưa về người bạn cũ đó ngược lại rất yếu thì bóng ảnh về người bạn cũ sẽ được lưu giữ rất mờ nhạt nơi Tàng Thức và Tự Chứng Phần cũng như Chứng Tự Chứng Phần không thể có câu khẳng định rõ ràng với Ý Thức về đối tượng đang hiện hữu trước mặt. Nói cách khác, đây là trường hợp thông tin chứa trong Tàng Thức về đối tượng quá nghèo nàn không đủ cho Tự Chứng Phần và Chứng Tự Chứng Phần có câu trả lời rõ ràng. Nhiều khi, gặp một người nào đó, bạn thường nói "trông quen lắm nhưng không nhớ là ai", thì đó chính là kịch bản này.

Khi chúng ta nói về "chất lượng" bóng ảnh của sự vật được lưu giữ trong Tàng Thức là muốn ám chỉ đến lượng thông tin về sự vật đã được lưu giữ tại đây. Muốn xác chứng

một Pháp (một sự vật) được chính xác, đòi hỏi phải lưu giữ nhiều thông tin về Pháp. Điều này tùy thuộc vào việc chúng ta tiếp xúc với Pháp nhiều hay ít. Cứ mỗi lần tiếp xúc là mỗi lần các Thức của chúng ta lại ghi nhận thêm thông tin mới về Pháp. Sự ghi nhận vô tình hay hữu ý này đều được lưu giữ trong các hạt giống chủng tử nơi Tàng Thức. Nói cách khác, mỗi khi tiếp xúc với Pháp, những gì mà sáu thức ngoài ghi nhận được từ Pháp đều được lưu giữ lại nơi Tàng Thức. Đây là cơ sở cho việc chứng thành Pháp ở những lần sau. Thí dụ như do nhiều lần tiếp xúc với một đối tượng, rất nhiều thông tin của đối tượng được lưu giữ trong tâm thức chúng ta, về sau chúng ta chỉ mới nghe tiếng mà chưa thấy mặt cũng đã nhận ra là ai, mới ngửi mùi cũng biết đó là thứ gì. Như thế, nếu Tâm luôn được cập nhật những thông tin mới về Pháp thì việc chứng thành Pháp sẽ diễn ra dễ dàng hơn.

Pháp trên thực tế vừa đa dạng vừa hay biến đổi, nhưng ở mỗi Pháp cũng có những thuộc tính ít biến đổi, nhờ vậy Tâm vẫn có thể chứng thành Pháp nhanh chóng dựa vào những thuộc tính đó. Thí dụ như người bạn cũ có một tướng nào đó rất đặc thù ít thay đổi, và vì thế dù các tướng khác đã thay đổi theo thời gian, chúng ta vẫn có thể nhận ra người bạn cũ thông qua hình tướng đặc biệt đó.

Tóm lại, đối tượng nhận biết của Ý Thức là Pháp, không đồng với năm thức trước. Việc tạo thành một ý niệm về Pháp ở bên ngoài là kết quả phối hợp của các thức trong (phần vô thức) và các thức ngoài. Ngoại cảnh và nội tâm đều góp

phần cho Ý Thức hiện hành. Do đó, thứ mà Ý Thức phân biệt được bao giờ cũng là một hiện tượng, trong đó Tâm với vật không tách rời nhau, dù Tâm không phải là vật, vật không phải là Tâm. Tâm và vật vốn bình đẳng trong thế giới hiện tượng. Không một thành phần nào, dù là Tâm hay vật, được quyền thiếu vắng nơi hiện tượng.

Với Mạt-na Thức

Chúng ta nên nhớ rằng Tướng Phần của Ý Thức thứ sáu (Pháp Trần) là để giúp cho Ý Thức nhận thức về Pháp và phân biệt Pháp này với Pháp khác. Tướng Phần của Ý Thức không mang yêu ghét, chấp trước, cũng không mang những cảm xúc thiên kiến của cá nhân. Yêu ghét, chấp trước... được tạo thành trong Tướng Phần của Mạt-na Thức thứ bảy.

Tướng Phần đối tượng của Mạt-na Thức được tạo thành dựa trên Tướng Phần của Ý Thức làm căn bản cho những phân biệt ngã chấp, tạo thành "Tướng Phần Chung" của Mạt-na Thức. Kiến Phần Mạt-na Thức nương nơi Tướng Phần Chung đó để phân biệt ngã chấp. Tướng Phần Chung này còn có tên gọi là "*Lạc Tạ Ảnh Tử*" (theo Hán ngữ nghĩa là "*bóng ảnh rớt lại*"), cũng là phần thể chất được lưu giữ trong các hạt giống nơi Tàng Thức thành cái gọi là "trí nhớ" như trong ngôn ngữ của Phân tâm học hiện đại. Hòa thượng Thích Thiện Hoa so sánh "*Lạc Tạ Ảnh Tử*" giống như cuốn phim ghi lại những giá trị đặc trưng nhất của sự vật được tri giác từ sáu thức ngoài cùng mọi trải nghiệm, mọi cảm

xúc, thiên kiến từ Mạt-na Thức... của chủ thể đối với đối tượng. Trong khi Tướng Phần của Ý Thức (Pháp Trần) làm đối tượng cho Kiến Phần Ý Thức nhận thức và phân biệt, thì Tướng Phần Chung của Mạt-na Thức ("*Lạc Tạ Ảnh Tử*") làm đối tượng cho Kiến Phần Mạt-na Thức chấp trước và duy trì. "Chấp trước" ở đây có nghĩa là, trong quá trình tiếp xúc Tướng Phần Chung, Mạt-na Thức phân biệt rành rẽ khách thể và chủ thể, tạo nên ý thức về cái "ta" và cái "không phải ta". Những nhận thức có tính chấp trước này cũng được Mạt-na Thức lưu giữ lại trong các hạt giống nơi A-lại-da Thức.

Quay trở lại thí dụ về người bạn cũ, ngoài những thông tin rất chung giúp cho Ý Thức nhận thức và phân biệt được đối tượng và trả lời câu hỏi rằng đối tượng có phải là người quen cũ hay không, Mạt-na Thức còn cung cấp cho Ý Thức những chấp ngã, sự yêu ghét, xúc cảm, những thiên kiến rất riêng tư…, từ đó khiến Ý Thức khởi lên những phản ứng rất thiên lệch khi tiếp xúc với đối tượng. Thí dụ như nếu Mạt-na Thức nói cho Ý Thức biết rằng đây là một người bạn rất đáng quí, thì chúng ta sẽ rất hồ hởi chào đón. Nhưng ngược lại, nếu Mạt-na Thức nói cho Ý Thức biết rằng đây là một người bạn không hay, rất xấu, thì chúng ta sẽ rất khó chịu và tránh xa, cho dù những nhận định ấy là từ nhiều năm trước và có thể không còn đúng như hiện tại.

Qua những thí dụ trên, chúng ta có thể thấy Thức biến hiện rất đa dạng và vi tế, tùy thuộc vào góc nhìn và thái độ

của chủ thể đối với đối tượng, mà góc nhìn và thái độ của chủ thể lại định sẵn từ trước trong những hạt giống chủng tử lưu giữ nơi Tàng Thức. Đó chính là cái mà chúng ta vẫn gọi là "định kiến".

Với Tàng Thức

Những cuốn phim Lạc Tạ Ảnh Tử (bóng ảnh rớt lại) của vạn pháp đã được Mạt-na Thức thứ bảy tiếp nhận và lưu giữ trong Tàng Thức cũng là Tướng Phần đối tượng của Kiến Phần Tàng Thức để nhận thức phân biệt và tàng trữ. Những cuốn phim Lạc Tạ Ảnh Tử này chính là bóng ảnh của vạn pháp trên thế gian. Vạn pháp hiện diện trong thế gian có bao nhiêu hình tướng khác nhau, thì hạt giống nguyên thể của vạn pháp trong Tàng Thức cũng có bấy nhiêu Lạc Tạ Ảnh Tử làm Tướng Phần đối tượng cho Kiến Phần Tàng Thức nhận thức phân biệt và tàng trữ. Kiến Phần Tàng Thức nương nơi Tướng Phần đối tượng Lạc Tạ Ảnh Tử đó để hiểu biết thế giới hình tướng phong phú đa dạng của vạn pháp. Có thể nói Tàng Thức chính là thế giới thu nhỏ trong những bóng ảnh của vạn pháp lưu giữ trong cuộc sống tâm linh của mỗi con người. Chính vì những bóng ảnh của vạn pháp trong Tàng Thức của mỗi người mang theo cả những trải nghiệm, cảm xúc riêng tư, những chấp trước cùng thiên kiến, cho nên có thể khái quát hóa mà nói rằng Tàng Thức chính là phản ánh toàn bộ góc nhìn và thái độ của chủ thể với vạn pháp.

Về phương diện sinh khởi, các hạt giống được tàng trữ trong nhà kho Tàng Thức cho tới tận cùng, khi hội đủ các

điều kiện thích hợp, chúng chín muồi và rồi ảnh hưởng lên các biến cố về sau. Lý thuyết ấy của Đại luận sư Thế Thân đã giải thích không chỉ riêng về sự tiếp nối của kinh nghiệm mà còn cả về bản tính tự khởi tự hành của nghiệp báo. Theo cách nhìn của Phật Giáo về Nghiệp báo, Tàng Thức chứa đựng mọi kinh nghiệm trong kiếp sống của mỗi con người, là nơi tập hợp mọi nghiệp quá khứ rồi tới một thời điểm nhất định, tác động lên kiếp tái sinh. Ngay cả khi chúng ta chết, bảy thức đầu đều tan biến nhưng cái bóng ảnh rớt lại của vạn pháp trong những hạt giống chủng tử vẫn còn lại mãi mãi nơi Tàng Thức trong sự vận động không ngừng nghỉ của vòng luân hồi.

Tới đây thì chúng ta đã có thể hình dung đầy đủ bộ máy tâm linh của mỗi chúng sinh trong sự hình thành ý niệm về Pháp thông qua tám thức là Nhãn Thức, Nhĩ Thức, Tỷ Thức, Thiệt Thức, Thân Thức, Ý Thức, Mạt-na Thức, Tàng Thức và bốn phần của mỗi Thức là Tướng Phần, Kiến Phần, Tự Chứng Phần, Chứng Tự Chứng Phần. Năm thức trước tương ứng với năm giác quan của chúng ta - nhãn (mắt), nhĩ (tai), tỷ (mũi), thiệt (lưỡi), thân (xúc) - cho ta nhận thức về một khía cạnh đơn lẻ của đối tượng: Nhãn Thức cho ta nhận biết về hình sắc, Nhĩ Thức cho ta nhận biết về âm thanh, Tỷ Thức cho ta nhận biết về mùi, Thiệt Thức cho ta nhận biết về vị, Thân Thức cho ta nhận biết về đụng chạm của xúc giác. Riêng thức thứ sáu Ý Thức kết hợp với năm thức trước mà cho ta hiểu biết đầy đủ về sự vật dựa trên Tướng Phần tổng hợp từ năm thức trước cùng với những giá trị đặc trưng nhất

của sự vật. Mạt-na Thức tổng hợp hình tướng của cả sáu thức ngoài mà xây dựng nên Tướng Phần Chung làm đối tượng cho chấp ngã: cái "của ta" và "không của ta". Tàng Thức lưu giữ Tướng Phần Chung của Mạt-na Thức thành những cuốn phim Lạc Tạ Ảnh Tử trong những hạt giống chủng tử nhằm bảo tồn và duy trì cho nhiều kiếp sống. Những cuốn phim Lạc Tạ Ảnh Tử này chính là bóng ảnh muôn hình muôn vẻ của vạn pháp trong vũ trụ, phong phú và đa dạng. Phân tâm học phương Tây gọi đó là "trí nhớ". Tuy nhiên, Phật Giáo đi một bước xa hơn khi giải thích rằng những hạt giống này là nguồn gốc cho mọi kiếp tái sinh.

Thay cho lời kết

Mặc dù ra đời từ trên 2.000 năm trước, Duy thức học Phật Giáo vẫn mang một kiến giải rất hiện đại và thấu đáo trong cách giải thích về sự hình thành nhận thức trong thế giới tâm linh của mỗi con người. "*Tất cả các Pháp không thật có, chỉ do Thức biến hiện*" - những nhận thức của chúng ta không phải là do từ đối tượng bên ngoài mang lại mà được sinh ra vốn bởi từ những nhận thức, trải nghiệm của con người qua nhiều kiếp sống. Thế giới bên ngoài mà chúng ta đang quan sát thuần túy chỉ là Thức vì khách quan không có thật và chủ quan cũng không có thật. Đó là cái thế giới hiện tượng nhìn qua lăng kính của bóng ảnh các sự vật được lưu vết trong các hạt giống chủng tử nơi Tàng Thức, cùng với cả những chấp ngã, yêu ghét, những cảm xúc của cái "ta" đầy thiên kiến… Kiến giải đặc biệt này của Phật Giáo, của Ngài Vô Trước và Ngài Thế Thân đã nâng Duy thức học lên một tầm cao, có thể lý giải hầu như mọi ý tứ trong cuộc sống tâm linh vốn rất đa dạng của con người.

Các Pháp không thật có. Cả những đau khổ cũng không thật có. Tất cả là do Thức biến hiện, là do cách chúng ta

nhìn và hiểu thế giới này. Hiểu được căn nguyên gốc rễ này, chúng ta sẽ nhận thức được rằng muốn tận diệt được khổ đau chúng ta phải nỗ lực không ngừng trong việc thanh lọc mọi ô nhiễm, dọn quang mọi bợn nhơ còn bám dính nơi những hạt giống chủng tử trong tâm thức. Khi đó tâm thức của ta mới trở nên trong lành và những biến hiện của nó sẽ luôn đến từ phía sáng của cuộc sống.

Đó phải chăng chính là mục đích cao cả trong cuộc truy cầu chân lý tối thượng của con người.